

BIULETYN sportowy WOJEWÓDZKIEGO KOMITETU KULTURY FIZYCZNEJ W STALINOGRODZIE



Nr 33—34 (94—95) KATOWICE, dnia 10. XI. 1956 r. Rok III

SPIS TREŚCI

SPRAWY OGÓLNE str.

1. **ZARZĄDZENIE** Przewodniczącego Wojewódzkiego Komitetu Kultury Fizycznej w Katowicach z dnia 24. września 1956 r. w sprawie nadania tytułu społecznego instruktora sportu 2
2. **HARMONOGRAM** badań sportowo - lekarskich na miesiąc listopada 1956 r. 3
3. **KOMUNIKAT** Oddziału Organizacyjnego WKKF w Katowicach w sprawie zmiany adresów P/MKKF Zawiercie oraz RO „Zryw" 3

HOKEJ NA LODZIE

4. **KOMUNIKAT Nr.** 2/56 Prezydium Kolegium Sędziów Sekcji Hokeja na Lodzie WKKF w Katowicach dotyczący unifikacyjnego kursu, zmian i uzupełnień w prawidłach gry hokeja na lodzie zatwierdzone przez LIHG. oraz różnych spraw organizacyjnych 4
5. **KOMUNIKAT Nr.** 4/56 Komisji Sportowej Sekcji Hokeja na Lodzie WKKF w Katowicach dotyczący ustalenia terminarza rozgrywek III Ligi na rok 1956/57 oraz spraw organizacyjnych 6

PIŁKA RĘCZNA

6. **KOMUNIKAT Nr.** 11/56 Sekcji Piłki Ręcznej WKKF w Katowicach dotyczący norm klasyfikacyjnych zdobytych w rozgrywkach mistrzowskich w 1956 r. 7

PIŁKA NOŻNA

7. **KOMUNIKAT Nr.** 34/56 Komisji Gier Seniorów Sekcji Piłki Nożnej WKKF w Katowicach z dnia 19. października 1956 r. dotyczący kar i korespondencji 9

PŁYWANIE

8. **KOMUNIKAT Nr.** 7/56 Sekcji Pływania WKKF w Katowicach dotyczący eliminacji wojewódzkich do mistrzostw pływackich Polski 9

ATLETYKA

9. **KOMUNIKAT Nr.** 11/56 Sekcji Atletyki WKKF w Katowicach dotyczący spraw dyscyplinarnych, badań lekarskich, terminarza rozgrywek II serii, rozgrywek mistrzostw drużynowych ligi wojewódzkiej w zapasach klasycznych juniorów oraz adresów kół i sędziów 10

TENIS STOŁOWY

10. **KOMUNIKAT Nr.** 10/56 Komisji Sportowej Międzywojewódzkiej II Ligi Tenisa Stołowego Opole — Katowice dotyczący weryfikacji zawodów mistrzowskich 11
11. **KOMUNIKAT Nr.** 61/56 Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący utworzenia kobiecej Komisji Sportowej STS 11
12. **KOMUNIKAT Nr.** 62/56 Komisji Sportowej Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący weryfikacji zawodów o mistrzostwo III Ligi Katowickiej 11
13. **KOMUNIKAT Nr.** 63/56 Kobiecej Komisji Sportowej Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący weryfikacji zawodów o mistrzostwo klasy „A" i „B" (kobiet). 12
14. **KOMUNIKAT Nr.** 64/56 Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący współzawodnictwa zawodników/czek z turnieju klasyfikacyjnego w Rybniku 13
15. **KOMUNIKAT Nr.** 65/56 Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący współzawodnictwa zawodników/czek z turnieju klasyfikacyjnego w Mysłowicach 13
16. **KOMUNIKAT Nr.** 66/56 Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący współzawodnictwa indywidualnego, zrzeszeniowego i Kół Sportowych z turnieju klasyfikacyjnego w Częstochowie . 14

STRZELECTWO

17. **KOMUNIKAT Nr.** 4/56 Sekcji Strzelectwa Sportowego WKKF w Katowicach dotyczący klasyfikacji zawodów strzeleckich o mistrzostwo województwa katowickiego przeprowadzonych w dniach 14 i 15 października 1956 r na strzelnicy w Gliwicach 15
18. **KOMUNIKAT Nr.** 5/56 Sekcji Strzelectwa Sportowego WKKF w Katowicach dotyczący amunicji sportowej SR produkcji krajowej z roku 1955 i 1956 r. 17
19. **KOMUNIKAT Nr.** 6/56 Sekcji Strzelectwa Sportowego WKKF w Katowicach dotyczący plenarnego zebrania sprawozdawczego Sekcji 17

BIEGI

20. **REGULAMIN** Jesiennych Drużynowych Biegów Przełajowych na rok 1956 18

SPO

(Ciąg dalszy z poprzedniego numeru). 19

SPRAWY OGÓLNE

ZARZĄDZENIE Nr 13/56

Przewodniczącego Wojewódzkiego Komitetu Kultury Fizycznej w Katowicach z dnia 24. września 1956 roku w sprawie nadania tytułu społecznego instruktoda sportu.

Na podstawie uchwały Komisji Weryfikacyjnej Wojewódzkiego Komitetu Kultury Fizycznej nadaję tytuł społecznego instruktora sportu:

LEKKOATLETYKA

Miller Jadwiga — Wydz. Oświaty — Częstochowa — klasa II.
Pawlik Jan — „Zryw" — Bielsko — klasa I.
Nieroba Marcin — „Stal" — Mikołów — klasa I.
Wawrzynek Michalina — „Stal" — Katowice — klasa I.
Kopeć Roman — „Zryw" — Dąbrowa Górnicza — klasa I.
Wontroba Krystyna — „Stal" — Katowice — klasa I.
Midor Wacław — „Górnik" — Rydułtowy — klasa I.
Bartoszewski Jan — „Zryw" — Chorzów — klasa I.
Legawiec Władysław — „Włókniarz' — Sosnowiec — klasa I.
Panas Włodzimierz — L. Z. S. — Cieszyn — klasa I.
Kuźmicka Irena — „Unia" — Chorzów — klasa I.
Mikunda Wacław — „Włókniarz" — Sosnowiec — klasa I.
Kurek Józef — „Zryw" — Bielsko — klasa I.
Speer Urszula — „Górnik" — Zabrze — klasa I.
Polok Wilhelm — „Kolejarz" — Katowice — klasa I.
Czepała Norbert — „Stal" — Katowice — klasa I.
Walasek Zofia — „Kolejarz" — Katowice — klasa I.

SZERMIERKA

Jerzy Władysław — „Start" — Katowice — klasa I.
Kąsek Tadeusz — „Górnik" — Radlin — klasa I.
Fukała Tadeusz — „Górnik" — Katowice — klasa I.
Białecki Arkadiusz — „Górnik" — Katowice — klasa I.
Pawlas Czesław — „Górnik" — Katowice — klasa I.
Wilk Józef — „Górnik" — Katowice — klasa I.
Pastuszka Józef — „Budowlani" — Gliwice — klasa I.
Brachman Ignacy — „Górnik" — Radlin — klasa II.
Borucki Percy — „Górnik" — Katowice — klasa I.

BOKS

Pietrzykowski Wiktor — „Sparta" — Bielsko — klasa I.
Kolonko Sergiusz — „Stal" — Brzeziny Śląskie — klasa I.
Ponanta Józef — „Unia" — Dąbrówka Mała — klasa I.
Filbier Lotar — „Stal" — Katowice — klasa II.
Brabański Franciszek — „Górnik" — Ruda — klasa I.
Warwas Roman — „Stal" — Częstochowa — klasa I.
Kantor Bolesław — „Stal" — Cieszyn — klasa I.

NARCIARSTWO

Puzynowski Lech — PTTK — Katowice — klasa II.
Witos Stanisław — Wydz. Oświaty — Katowice — klasa II.
Simek Zdzisław — „Start" — Bielsko — klasa II.
Kopocz Józef — „Start" — Bielsko — klasa II.
Staniczek Władysław — „Zryw" — Cieszyn — klasa I.
Błasikiewicz Mieczysław — PTTK „Unia" — Zawiercie — klasa II.
Janiszewska Mieczysława — PTTK — Gliwice — klasa I.
Zdanowicz Wiktor — PTTK — Szczyrk — klasa II.
Klęczek Bolesław — „Włókniarz" — Bielsko — klasa I.
Trojak Ryszard — PTTK — Katowice — klasa II.
Wróbel Jan — „Zryw" — Częstochowa — klasa I.
Bielecki Marian — PTTK — Bielsko — klasa I.
Grabowski Wacław — LZS — FWP Katowice — klasa I.
Francz Jan — PTTK — Katowice — klasa I.
Harenta Kazimierz — Wydz. Oświaty — Gliwice — klasa I.
Jurzak Józef — „Kolejarz" — Bielsko — klasa I.
Kruczek Bolesław — „Kolejarz" — Bielsko — klasa I.
Koždoń Gustaw — „Zryw" — Cieszyn — klasa I.
Dzięedzielewicz Zdzisław — AZS — Bielsko — klasa I.
Kurek Józef — Wydz. Oświaty — Bielsko — klasa I.
Ładoś Roman — PTTK — Gliwice — klasa II.
Nikiel Stefan — LZS — Szczyrk — klasa I.
Wolny Franciszek — LZS — Ustroń — klasa I.
Łaciak Jakub — LZS — Szczyrk — klasa II.
Nowotarski Czesław — „Włókniarz" — Bielsko — klasa I.
Pawlik Jan — „Zryw" — Bielsko-Ustroń — klasa I.
Dłubis Wiktor — Wydz. Oświaty — Wisła-Głębce — klasa II.
Śnieżek Andrzej — AZS — Gliwice — klasa III.
Kanfhold Jerzy — „Kolejarz" — Katowice — klasa III.
Zeidler Tadeusz — PTTK — Gliwice — klasa III.
Edgar Rol — PTTK — Katowice — klasa III.
Uchyła Tadeusz — „Stal" — Bielsko — klasa II.
Wyspiański Leszek — Wydz. Oświaty — Wisla Głębce — klasa II.
Dobosz Franciszek — „Górnik" — Koniaków — klasa I.

TENIS

Ślusarz Eryk — „Stal" — Katowice — klasa I.

PIŁKA NOŻNA

Czyż Ernest — „Sparta" — Pszczyna — klasa II.
Krzoska Józef — „Stal" — Chorzów — klasa II.
Wilczek Maksymilian — „Górnik" — Szopienice — klasa I.
Serdak Zdzisław — „Sparta" — Częstochowa — klasa II.
Gołębiowski Mieczysław — „Stal" — Gliwice — klasa I.
Kufraj Zbigniew — „Start" — Podlesie Śląskie — klasa I.
Demuth Feliks — „Stal" — Katowice — klasa I.
Miodoński Kazimierz — „Włókniarz" — Bielsko — klasa I.
Spodzieja Henryk — „Stal" — Bielsko — klasa I.
Wiśniewski Sylwester — „Górnik" — Sosnowiec — klasa II.
Siech Władysław — „Unia" — Ząbkowice — klasa I.
Okoń Karol — „Start" Katowice — klasa I.
Oczadły Wilhelm — „Stal" — Łaziska Górne — klasa I.
Glik Władysław — „Górnik" — Szombierki — klasa II.
Morgała Leopold — „Stal" — Szopienice — klasa II.
Lenert Eryk — LZS — Stolarzowice — klasa II.
Toman Paweł — „Górnik" — Rybnik — klasa II.
Wysocki Marian — „Stal" — Sosnowiec — klasa II.
Bartyla Henryk — „Górnik" — Zabrze — klasa I.
Orszulka Gerard — „Górnik" — Zabrze — klasa I.

Suszczyk Czesław — „Górnik“ — Boże Dary — klasa I.
Lubański Andrzej — „Górnik“ — Mysłowice — klasa II.
Okoń Karol — „Start“ — Chorzów — klasa II.
Wilczek Maksymilian — „Górnik“ — Szopienice — klasa I.
Dudek Włodzimierz — „Stal“ — Sosnowiec — klasa I.
Janik Jan — „Górnik“ — Rydułtowy — klasa I.
Wodarz Gerard — „Stal“ — Łabędy — klasa I.
Gawlik Jan — „Budowlani“ — Mysłowice — klasa I.
Pyplok Edmund — „Górnik“ — Ruda Śląska — klasa I.
Gebur Maksymilian — „Stal“ — Siemianowice — klasa I.
Bujoczek Albin — „Unia“ — Gliwice — klasa I.
Kadernia Józef — „Stal“ — Łagiewniki — klasa I.
Muskała Józef — „Stal“ — Żywiec — klasa I.
Olbrich Artur — „Stal“ — Świętochłowice — klasa I.
Szefer Wilhelm — „Stal“ — Brzeziny Śląskie — klasa I.
Sikorski Kazimierz — „Stal“ — Gliwice — klasa II.
Przewięda Marian — „Stal“ — Bielsko — klasa I.
Chrząszcz Mieczysław — „Sparta“ — Chybie — klasa I.
Zoczek Józef — „Stal“ — Czechowice — klasa I.
Baron Maksymilian — „Górnik“ — Chorzów — klasa I.
Niemczyk Alfons — „Górnik“ — Szopienice — klasa I.
Kacprzycki Teodor — „Górnik“ — Sosnowiec — klasa I.
Kraszkiewicz Mieczysław — „Stal“ — Bielsko — klasa I.
Karmański Franciszek — „Budowlani“ — Chorzów, klasa I.
Mol Karol — „Stal“ Brzezinka — klasa I.
Kubiak Jerzy — „Sparta“ — Bytom — klasa I.
Janik Antoni — „Górnik“ — Mysłowice — klasa I.
Rak Edward — „Stal“ — Myszków — klasa II.
Janiszewski Adam — „Budowlani“ — Bielsko — klasa I.
Marczyk Leon — „Sparta“ — Cieszyn — klasa II.
Piątek Leonard — „Górnik“ — Michałkowice — klasa I.
Breiter Oskar — „Unia“ — Oświęcim — klasa I.
Kulawik Henryk — „Stal“ — Nowe Tychy — klasa I.
Winnicki Jerzy — LZS — Ciochowice — klasa II.
Michalski Erwin — „Górnik“ Chorzów — klasa I.
Banisz Hubert — „Górnik“ — Szombierki — klasa II.

Przewodniczący
Wojewódzkiego Komitetu Kultury Fizycznej
ROMAN STACHOŃ

HARMONOGRAM

badań sportowo-lekarskich na miesiąc listopad 1956 r.

Wojewódzka Przychodnia Sportowo-Lekarska w Katowicach podaje poniższy harmonogram badań zawodników(czek) na miesiąc listopad 1956:

Piątek, 2. XI., godz. 14.00 — „Górnik“ — Badania lotniczo-lekarskie LPŻ — badań 60.

Sobota, 3. XI., godz. 14,00 — „Budowlani“ — badań 40, LZS — badań 30.

Poniedziałek, 5. XI., godz. 14.00 — „Start“ — badań 50, „Unia“ — badań 50.

Wtorek, 6. XI., godz. 14,00 — „Kolejarz“ — badań 50, AZS — badań 50.

Środa, 7. XI., godz. 14,00 — „Stal“ — badań 60, badania lotniczo-lekarskie LPŻ — 60.

Czwartek, 8. XI., godz. 14,00 — „Górnik“ — babań 60, „Zryw“ — 40.

Piątek, 9. XI., godz. 14,00 — „Sparta“ — badań 60, badania lotniczo-lekarskie LPŻ — 60.

Sobota, 10. XI., godz. 14,00 — „Start“ — badań 30, „Unia“ — 40.

Poniedziałek, 12. XI., godz. 14,00 — „Stal“ — badań 60, „Włókniarz“ — 40.

Wtorek, 13. XI., godz. 14,00 — „Budowlani“ —babań — 50, LZS — 50.

Środa, 14. XI., godz. 14,00 — „Górnik“ — badań 60, badania leczniczo-lekarskie LPŻ.

Czwartek, 15. XI. godz. 14,00 — „Sparta“ — badań — 50, „Kolejarz“ — 50.

Piątek, 16. XI., godz. 14,00 — „Stal“ — badań — 60, badania leczniczo-lekarskie LPŻ.

Sobota, 17. XI., godz. 14,00 — „Włókniarz“ — badań — 40, „Zryw“ — 30.

Poniedziałek, 19 XI., godz. 14,00 — Budowlani — badań 50, AZS — 50.

Wtorek, 20. XI., godz. 14,00 — „Górnik“ — badań 60, „Start“ — 40.

Środa, 21. XI., godz. 14,00 — „Sparta“ — badań 60, badania leczniczo-lekarskie LPŻ.

Czwartek, 22. XI., godz. 14,00 — „Unia“ — badań 50, „Kolejarz“ — 50.

Piątek, 23. XI., godz. 14,00 — „Górnik“ — badań 60, badania leczniczo-lekarskie LPŻ.

Sobota, 24. XI. godz. 14,00 — „Budowlani“ — badań — 40, AZS — 30.

Poniedziałek, 26 XI., godz. 14,00 — „Stal“ — badań — 60, „Zryw“ — 40.

Wtorek, 27. XI., godz. 14,00 — „Sparta“ — badań 60, LZS — 40.

Środa, 28. XI., godz. 14,00 — „Górnik“ — badań 60, badania leczniczo-lekarskie LPŻ.

Czwartek, 29. XI., godz. 14,00 — „Budowlani“ — badań — 50, „Włókniarz“ — 50.

Piątek, 30. XI., godz. 14,00 — „Stal“ — badań 60, badania leczniczo-lekarskie LPŻ.

Badania przeprowadza Wojewódzka Przychodnia Sportowo - Lekarska w Katowicach, ul. Świerczewskiego 15, tel. 331-55.

Inspektor W. P. S. L.	Dyrektor W. P. S. L.
Kazimierz Kwiatkowski	**Dr Lucjan Rakowski**

KOMUNIKAT

Oddziału Organizacyjnego WKKF w Katowicach w sprawie zmiany adresów P/MKKF Zawiercie oraz RO ZS „Zryw“.

1. P/MKKF — Zawiercie
Prezydium Miejskiej Rady Narodowej
w Zawierciu
ul. Z. M. P. 1, pokój nr 11—13 (parter)
nr telef. 201-202, w. 22 i 49.
2. Rada Okręgowa ZS „Zryw“
Katowice
ul. 1 Maja 45—47
II piętro, tel. nr 363-95,

HOKEJ NA LODZIE

KOMUNIKAT Nr. 2/56

Prezydium Kolegium Sędziów Sekcji Hokeja na Lodzie WKKF w Katowicach dotyczący unifikacyjnego kursu, zmian i uzupełnień w prawidłach gry hokeja na lodzie zatwierdzone przez LIHG. oraz różnych spraw organizacyjnych.

I. Kurs unifikacyjny

W dniach 24, 25, 26 i 30 października 1956 r. odbędzie się kurs unifikacyjny dla sędziów kl. I, II i III w dużej sal. posiedzeń WKKF w Katowicach codziennie od godz. 16.30.

Z uwagi na wprowadzenie dużych zmian w przepisach i ich interpretacji — obecność wszystkich sędziów jest bezwzględnie obowiązkowa. Sędziowie, którzy nie będą uczestniczyć w kursie, zostaną pozbawieni prawa prowadzenia zawodów. Równocześnie uprasza się o przybycie na kurs trenerów, instruktorów wzgl. aktualnych kierowników Sekcji Hokeja na Lodzie w ich Klubach Sportowych.

II Sprawy organizacyjne

Uwzględnia się prośbę ob. Józefa Lasończyka o ponowne przyjęcie w poczet członków Kolegium Sędziów SHL pod warunkiem, że uczestniczyć będzie w kursie unifikacyjnym, po którym winien zdać ponownie egzamin.

III Zmiany i uzupełnienia w prawidłach gry hokeja na lodzie zatwierdzone przez L.I.H.G

Art. 1

Lodowisko

Lodowisko otoczone jest ogrodzeniem, zwanym „bandą". **Promień narożników ogrodzenia powinien wynosić nie więcej jak 2 m i nie mniej niż 1,5 m.**

Art. 2

Rozmiary lodowiska

Maksymalne rozmiary lodowiska 61 m długości, 30 m szerokości. Minimalne rozmiary **56 m długości, 26 m szerokości. Wysokość bandy — 1 m do 1,22 m.**

Art. 3

Bramki i siatki

W odległości 2,5 m do 3,5 m. od każdego końca lodowiska wykreśla się przez jego szerokość czerwoną linię grubości 5 cm. Linia ta równoległa do bramek poprzecznych nosi nazwę linii bramkowej.

Art. 4

Słupki bramkowe winny mieć 5 cm średnicy

Głębokość bramki od linii bramkowej do końca siatki w swym najgłębszym punkcie powinna wynosić nie więcej niż 1 m. i nie mniej niż 60 cm.

Art. 5

Pola bramkowe

Pole bramkowe wyznacza się w sposób następujący: **z punktu odległego o 30 cm** na zewnątrz od każdego słupka bramkowego wykreśla się pod kątem prostym do linii bramkowej linie długości 125 cm, szerokości 5 cm, których końce łączy się linią prostą szerokości 5 cm, równoległą do linii bramkowej.

(Uwaga: pod mianem pola bramkowego należy rozumieć nie tylko pole oznaczone na tafli lodowej, lecz również przestrzeń nad nią aż do wysokości słupków bramkowych).

Art. 6

Punkt i koło w środku lodowiska

Na środku lodowiska oznacza się niebieski punkt o średnicy 30 cm. Ze środka tego punktu należy wykreślić koło linią niebieską szerokości 5 cm., o promieniu 4,5 m.

Art. 7

Punkty wznawiania gry w strefie neutralnej

Dwa czerwone punkty o średnicy 30 cm. należy wyznaczyć na lodowisku w strefie neutralnej w odległości 1,5 m. od każdej linii niebieskiej. Odległość między punktami winna **wynosić 14 m.**, przy czym każdy z nich winien być w równej odległości od przyległych band.

Art. 8

Punkty i koła wznawiania gry na końcach lodowiska

Na obydwu polach w strefie obrony, po obydwu stronach każdej bramki należy wyznaczyć na lodzie 2 czerwone punkty i koła wznawiania gry. Średnica punktów wynosi 30 cm. Środek każdego z tych punktów jest środkiem koła o promieniu 4,5 m., wyznaczonego linią czerwoną szerokości 5 cm.

Oznaczenie punktów wznawiania gry winno odbywać się w następujący sposób: w odległości 6 m. od linii bramkowych należy oznaczyć 2 punkty w odległości 14 m. od siebie tak, aby odległość od band bocznych była jednakowa.

Środek odcinka między punktami będzie miejscem wznawiania gry.

(Uwaga: Punkty i linie o których mowa powyżej mogą być wyznaczone za pomocą dwóch linii.

Art. 12

Szatnie i oświetlenie lodowiska

Uwaga: Jeśli według opinii sędziów słabe oświetlenie nie pozwala na kontynuowanie gry, mają oni prawo zakończyć grę, lub przerwać ją i odjąć czas przerwy wymaganej na reperację światła. W przypadku, gdy jedna z drużyn jest pokrzywdzona w dużym stopniu z powodu słabej widoczności w jej polu, a według sędziów gra nie powinna być unieważniona, sędziowie mają prawo zmieniać drużyny tak, żeby każda z nich grała ten sam okres czasu w gorszych warunkach.

Art. 13

Zestawienie drużyn

Drużyna winna składać się z 6 graczy, ustawionych jak następuje: bramkarz, prawy obrońca, lewy obrońca, prawoskrzydłowy, środkowy napastnik i lewoskrzydłowy. Każdy z graczy obowiązany jest nosić na plecach swój numer, który winien mieć co najmniej 25 cm wysokości.

(Uwaga: W przypadku gdy na lodzie w czasie gry znajduje się za dużo graczy sędzia powinien zastosować karę mniejszą).

Art. 14

Kapitan drużyny

Każda z drużyn musi mieć w swoim składzie kapitana i nie więcej niż 2 zmieniających się kolejno zastępców. W wypadku nieposiadania na ramieniu znaków kapitana „C", zastępców „A" — wielkość 8 cm, kapitanowie nie mogą korzystać z przysługujących im przywilejów. Żaden z trenerów nie może pełnić funkcji kapitana lub jego zastępcy.

Karze za niesportowe zachowanie się podlegają kapitan lub jego zastępca, jeśli w momencie zatrzymania gry schodzą nie wezwani z ławki gracze i dyskutują z sędziami. Jeśli sędzia chce rozmawiać z kapitanem, lub jego zastępcą, którzy nie znajdują się na lodzie w momencie zatrzymania gry, wzywa go z ławki graczy przez jednego z zawodników.

Art. 15

Gracze drużyny

Na początku każdych zawodów drużyna nie może mieć więcej graczy w stroju hokejowym jak 14. W liczbę tę wlicza się również bramkarza, który ma prawo

grać tylko w bramce. Drużyna może wystawić 15 gracza jako rezerwowego bramkarza, któremu wolno grać tylko w roli bramkarza.

(**Uwaga:** Jedynie w zawodach międzynarodowych należy umieszczać nazwisko zapasowego bramkarza w protokóle zawodów, przy czym, wolno mu grać tylko w bramce).

Art. 19

Zranienie graczy

Jeśli zraniony ukarany gracz powróci na ławkę graczy przed upływem jego kary, może on na życzenie swego kierownika, lub trenera podczas pierwszej przerwy w grze zmienić swego zastępcę i zająć miejsce na ławce kar. W przypadku kiedy gracz ten weźmie udział w grze przed upływem czasu kary, otrzymać winien dodatkową karę mniejszą.

Art. 20

Wyposażenie drużyny

(Uwaga: Jeśli zachodzi konieczność kontrolowania wyposażenia, winno się to odbywać przed rozpoczęciem gry, lub w czasie przerwy między tercjami tak, żeby nie wpłynęło to na rozpoczęcie i przebieg gry).

Kije nie mogą być dłuższe **niż 135 cm.**, mierząc od piętki łopatki do końca rękojeści kija. Łopatka nie może być dłuższa **niż 37 cm.**, licząc od piętki do jej końca. Szerokość łopatki kija nie może przekroczyć **7,5 cm.** z wyjątkiem kija bramkarskiego, którego łopatka nie może przekroczyć **9 cm.**, przy maksymalnej szerokości piętki **11,5 cm.** Szeroka część rękojeści kija bramkarskiego nie może być dłuższa niż 61 cm, licząc od piętki.

Bramkarskie ochraniacze nóg nie mogą przekraczać szerokości 25 cm na jednej nodze.

Wymiary krążka: **2,54 cm grubość i 7,62 cm średnica.**

Art. 31

Kary

Rzut karny musi wykonać **zawodnik poszkodowany.** Jeśli gracz, przeciwko któremu popełniono przewinienie został zraniony, wówczas rzut karny może wykonać każdy z graczy jego drużyny z wyjątkiem graczy odbywających karę.

Podczas wykonywania rzutu karnego, gracze obu drużyn muszą cofnąć się **za czerwoną linię środkową** z dala od miejsca, gdzie wykonuje się rzut karny.

Art. 32

Kary za przewinienia bramkarza

W wypadku gdy bramkarz winien być ukarany karą mniejszą, karą większą, lub karą za niesportowe zachowanie się, nie zostaje on skierowany na ławkę kar, lecz karę odbywa jeden z graczy jego drużyny, znajdujący się na lodzie w momencie popełnienia przewinienia. Gracza takiego wyznacza kierownik drużyny, lub trener za pośrednictwem biorącego udział w zawodach kapitana, lub jego zastępcy.

Jeżeli bramkarz popełnił po raz drugi w tym samym spotkaniu wykroczenie, za które winien być ukarany karą większą, wówczas nakłada się na niego karę meczu za niesportowe zachowanie się.

Jeśli bramkarz popełnił wykroczenie za które winien być ukarany karą meczu, albo kara meczu za niesportowe zachowanie się, musi on lodowisko opuścić. Na jego miejsce wchodzi zastępca, którym może być każdy gracz drużyny, grający w danym meczu, wyznaczony przez kierownika lub trenera drużyny, która popełniła przewinienie, za pośrednictwem kapitana lub jego zastępcy.. Graczowi temu przysługują wszystkie przywileje bramkarza, łącznie z pełnym wyposażeniem kompletnego stroju bramkarskiego.

(**Uwaga:** 1. W wypadku, gdy bramkarz otrzyma po raz drugi karę większą w tym samym meczu, sędzia kar obowiązany jest powiadomić o tym sędziego prowadzącego zawody.

2. Żadnej kary nałożonej na bramkarza nie zamienia się na rzut karny.

Bramkarz rezerwowy nie może odbywać kary za bramkarza ani zastępować po ukaraniu.

Jeśli bramkarz opuści pole bramkowe, by wziąć udział w sprzeczce otrzymuje on karę mniejszą.

Art. 35

Osoby urzędowe

(**Uwaga:** Sędziom podczas gry względnie po grze nie wolno organizować konferencji z kierownikami ekip, trenerami czy graczami na ich prośby.

Prawidła gry

W wypadku gdy sędzia nie może zdecydować, który gracz, trener albo kierownik przekroczy art. 59 pkt. a/b może nałożyć na drużynę **karę za niesportowe zachowanie się.** Karę taką odbywa gracz wyznaczony przez kierownika lub trenera za pośrednictwem kapitana lub jego zastępcy. W takim wypadku sędzia zezwala by na miejsce ukaranego usiadł zastępca.

Gdy bramka przeciwnika nie jest broniona a jeden z graczy atakujących znajdzie się w takiej pozycji, że nie ma przed sobą żadnego przeciwnika itd

Przy wznawianiu gry — pozostali gracze muszą znajdować się przynajmniej 4,5 m od miejsca wznowienia gry.

Grę wznawia się na gwizdek sędziego.

Jeśli gracz poda celowo zawodnikowi krążek ręką, grę należy przerwać i wznowić na punkcie wznowienia gry na końcu lodowiska drużyny, która zawiniła.

Bramki nie uznaje się jeżeli krążek uderzony w powietrzu lub popchnięty po lodzie ręką przez atakującego gracza trafi do bramki przeciwnika z odbicia się od gracza drużyny broniącej.

Bramkę uznaje się natomiast, jeżeli krążek wejdzie do bramki dzięki akcji gracza drużyny broniącej niezależnie od tego czy przed tem krążek był uderzony ręką przez gracza drużyny atakującej.

Strzał z kopnięcia

Karę mniejszą nakłada się na gracza, który stosuje „strzał z kopnięcia" podczas gry.

(**Uwaga:** „Strzał z kopnięcia" ma miejsce wówczas, jeśli gracz umieścił łopatkę kija za krążkiem i puszcza w ruch krążek przez kopnięcie kija.

Jeżeli jedna z drużyn po przerwie w grze odmawia wejścia na lodowisko by podjąć grę, lub będąc na lodowisku odmawia podjęcia jej, pomimo polecenia sędziego, wówczas sędzia ma obowiązek odczekać 1 minutę na podjęcie gry. Jeżeli w tym czasie drużyna nie podjęła gry, sędzia nakłada karę mniejszą na jednego z graczy drużyny, która zawiniła.

Jeżeli po upływie 2 minut drużyna w dalszym ciągu odmawia rozpoczęcia gry sędzia odgwizduje spotkanie.

Sędzia daje znak gwizdkiem przy rozpoczynaniu i wznawianiu gry.

Art. 67

Przyznanie bramki

Gdy bramka przeciwnika nie jest broniona a jeden z graczy atakujących znajdzie się w takiej pozycji, że nie ma przed sobą żadnego przeciwnika i może strzelić do pustej bramki, a przeszkodzi mu w tym gracz drużyny broniącej, który nieprawnie przystąpił do gry, sędzia przyznaje zdobycie bramki drużynie atakującej.

Gdy bramkarza przeciwnika nie ma w bramce, a jeden z atakujących graczy, będący w posiadaniu krążka nie ma przed sobą żadnego przeciwnika i znajduje się w takiej sytuacji, że może strzelić do pustej bramki, a przeszkodzi mu w tym gracz drużyny broniącej przez rzucenie kija, wówczas sędzia przyznaje zdobycie bramki, pomimo, że nie została ona faktycznie zdobyta.

Jeżeli bramkarza drużyny przeciwnej nie ma w bramce i atakujący gracz będący w posiadaniu krążka znajdzie się w takie pozycji, że między nim a bramką nie ma żadnego przeciwnika a w takiej pozycji przeszkodzi mu atakiem z tyłu gracz drużyny przeciwnej, sędzia przyznaje bramkę drużynie, której gracz został sfaulowany.

Jeżeli podczas wykonywania rzutu karnego bramkarz rzuci kijem w krążek sędzia przyznaje zdobycie bramki, pomimo, że nie została ona faktycznie zdobyta.

Zabronione uwalnianie się

Jeżeli jakikolwiek gracz drużyny **o równej lub mniejszej liczbie** graczy niż zespół przeciwny zagra lub odbije krążek ze swej połowy lodowiska w ten sposób, że przejdzie on poza linię bramkową przeciwnika sędzia grę zatrzymuje i wprowadza krążek do gry na końcu lodowiska na jednym z punktów wznawiania gry w strefie obrony drużyny, która popełniła przekroczenie. Jeżeli jednak krążek wystrzelony w ten sposób trafił do bramki przeciwnika, sędzia wówczas ją uznaje.

Przew. Kom. Szkoleniowej **Władysław Ferenc**
Przew. Kolegium Sędziów **Spirydion Albański**

KOMUNIKAT Nr. 4/56

Komisji Sportowej Sekcji Hokeja na Lodzie WKKF w Katowicach dotyczący ustalenia terminarza rozgrywek III Ligi na rok 1956/57 oraz spraw organizacyjnych

1. Sprostowanie w sprawie uczestnictwa drużyn w mistrz. kl. „A" i „B" (dawniej kl wojewódzkiej i powiatowej) w rozgrywkach w sezonie 1956/57.

   Podany w „Biuletynie Sportowym" WKKF nr 30 z dnia 15. IX. 56 r. „Regulamin rozgrywek o mistrzostwo klasy wojewódzkiej i powiatowej na sezon 1956/57 — prostuje się w ten sposób, że w rozgrywkach o mistrzostwo kl. „A" (wojewódzkiej) bierze udział nie 13 zespołów. a 11 zespołów, a mianowicie — „Stal" Bielsko, „Kolejarz" Zebrzydowice, „Stal" Rybnik, „Budowlani" Częstochowa, „Włókniarz" Częstochowa, „Kolejarz" Katowice, Stal" Światowid-Myszków, „Sparta" Zabrze-Kończyce, „Zryw" Nowe Tychy, LZS Jastrzębie-Zdrój i „Stal" Siemianowice W rozgrywkach kl. „B" (powiatowej) bierze udział 10 zespołów a to — „Górnik" Knurów, „Górnik" Świętochłowice, „Górnik" Lędziny, „Górnik" Wesoła, LZS Kaczyce, „Stal" Będzin, „Stal" Nowy Bytom, „Stal" Zawiercie, „Włókniarz" Zawiercie oraz „Górnik" Murcki.
2. Rozpoczęcie rozgrywek kl. „A" i kl. „B" nastąpi w dniu 1 stycznia 1957 r.
3. Zmienia się dotychczasową nomenklaturę poszczególnych klas, a mianowice — Ligę wojewódzką na **III ligę**, klasę wojewódzką na **kl. „A"**, klasę powiatową na **kl. „B"**. Nazwy powyższe obowiązują z dniem 10 października 1956 r.
4. Przyjmuje się w poczet nowych członków Sekcji Hokeja na Lodzie WKKF w Katowicach drużynę KS „Górnik" Murcki z przydzieleniem do kl. „B", z tym zastrzeżeniem, że zgodę na powyższe wyrazić musi Rada Zakładowa kop „Murcki" oraz Rada Główna ZS „Górnik".
5. Dopuszcza się (wyjątkowo) do rozgrywek kl. „B" rezerwę KS „Sparta" Łaziska Górne w miejsce drużyny juniorów w sezonie 1956/57, z tym jednak, że z uwagi na krótki okres istnienia sekcji (3 lata) oraz w wypadku utrzymania się drużyny w III lidze w sezonie 1957/58 zobowiązuje się bezwzględnie KS „Sparta" Łaziska Górne do zgłoszenia i udziału drużyny juniorów w rozgrywkach na szczeblu wojewódzkim w roku przyszłym.

   Uwzględnia się prośbę KS „Polonia" Bytom w sprawie dopuszczenia do rozgrywek kl. „B" rezerwy w sezonie 1956/57 — poza juniorami, którzy zgłoszeni zostali do rozgrywek juniorów na szczeblu wojewódzkim.
6. Wnosi się poprawkę do Regulaminu rozgrywek o mistrzostwo III ligi na zeson 1956/57, a mianowicie — że zawody o mistrzostwo muszą być rozegrane w 48 godzin po ustaleniu pierwszego terminu przez Komisję Sportową SHL WKKF na naturalnym wzgl. sztucznym lodowisku w Katowicach. Nie rozegranie w tym czasie zawodów — spowoduje sankcje przewidziane Regulaminem Komisji Sportowej SHL WKKF § 10 pkt. e.
7. Uchwałą Plenum SHL WKKF z dnia 14. X. br. zmienia się postanowienia Regulaminu rozgrywek o mistrzostwo III ligi pkt. 5 „zgłoszenia" w tym sensie, „że zawodnicy mogą być zbadani w swoich terenowych Poradniach Sportowo-Lekarskich".
8. Zgłoszenia do rozgrywek rezerw I i II ligi przyjmuje się na piśmie do dnia 14. XI. 1956 r.
9. Przypomina się o obowiązkowym zgłoszeniu juniorów do mistrzostw juniorów na szczeblu wojewódzkim, klubów I i II Ligi oraz III Ligi (poza zespołami, które zostały już zwolnione z tego obowiązku — przez Komisję Sportową SHL WKKF).

Terminarz rozgrywek III Ligi na sezon 1956/57

16. XII. 56 r. — rewanż 18. 1. 57 r.

„Lechia" Mysłowice — „Górnik" Mysłowice
LZS Kobiór — „Polonia" Bytom
„Stal" Czechowice — „Sparta" Łaziska G.
„Górnik" Zabrze — „Stal" Sosnowiec

19. XII. 56 r. — 22. 1. 57 r.

„Górnik" Mysłowice — LZS Kobiór
„Polonia" Bytom — „Lechia" Mysłowice
„Sparta" Łaziska Górne — „Górnik" Zabrze
„Stal" Sosnowiec — „Stal" Czechowice

25. XII. 56 r. — 26. I. 57 r.

LZS Kobiór — „Sparta" Łaziska Górne
Lechia Mysłowice — „Stal" Sosnowiec
„Górnik" Zabrze — „Górnik" Mysłowice
„Stal" Czechowice — „Polonia" Bytom

28. XII. 56 r. — 30. I. 57 r.

„Sparta"Łaziska Górne — „Lechia" Mysłowice
„Stal" Sosnowiec — LZS Kobiór
„Górnik" Mysłowice — „Stal" Czechowice
„Polonia" Bytom — „Górnik" Zabrze

1. I 57 r. — 3. II. 57 r.

„Lechia" Mysłowice — LZS Kobiór
„Stal" Czechowice — „Górnik" Zabrze
„Górnik" Mysłowice — „Polonia" Bytom
„Sparta" Łaziska Górne — „Stal" Sosnowiec

4. I. 57 r. — 7. II. 57 r.

LZS Kobiór — „Stal" Czechowice
„Górnik" Zabrze — „Lechia" Mysłowice
„Polonia" Bytom — „Sparta" Łaziska Górne
„Stal" Sosnowiec — „Górnik" Mysłowice

7. I. 57 r. — 10. II. 57 r.

„Stal" Czechowice — „Lechia" Mysłowice
„Sparta" Łaziska Górne — „Górnik" Mysłowice
„Stal" Sosnowiec — „Polonia" Bytom
„Górnik" Zabrze — LZS Kobiór

Drużyny wymienione na pierwszym miejscu są gospodarzami zawodów.

W drugim rzucie rozgrywek kolejność jest ta sama z tym jednak, że obowiązki gospodarza zawodów pełnią drużyny wymienione na miejscu drugim.

Przypomina się kierownictwom drużyn uczestniczących w mistrzostwach III ligi o dopełnienie wszystkich formalności jako gospodarza zawodów a przede wszystkim:

1. o terminowym powiadomieniu przeciwnika o miejscu, dniu i godzinie zawodów i ewent. zarezerwowanie lodowiska na „Tortstalu" w wypadku niesprzyjających warunków atmosferycznych.
2. o terminowym powiadomieniu SHL WKKF Katowice (tel. 331-58) o rozgrywanych zawodach w celu ustalenia obsady sędziów głównych i ewent. sędziów pomocniczych.

3. o przygotowaniu lodowiska, które zdatne byłoby do gry, z dokładnym i przepisowym oznaczeniem lodowiska, przygotowaniem 2-3 stoperów dla sędziów czasu i kar, 2 chorągiewek dla sędziów bramkowych, osobnego pomieszczenia dla sędziów głównych oraz ogrzanej szatni dla drużyny gości. Wskazanym jest również przygotowanie dla drużyny gości gorącej herbaty — na prawach rewanżu.

Inspektor Sekcji
Wł. Ferenc

Przewodn. Kom. Sportowej
Walter Gansiniec

PIŁKA RĘCZNA

KOMUNIKAT Nr. 11/56

Sekcji Piłki Ręcznej WKKF w Katowicach dotyczący norm klasyfikacyjnych, zdobytych w rozgrywkach mistrzowskich w 1956 r.

Klasa „A" — drużyny żeńskie

Lp. Nazwisko i imię klasa

II m. AKS Chorzów

1. Frydrych Krystyna II
2. Mzyk Krystyna II
3. Kostka Maria II
4. Kulig Edyta II
5. Jordan Barbara II
6. Żelawska Gertruda II
7. Wichary Krystyna II
8. Daniel Irena II
9. Jendrecka Elżbieta II
10. Szołtysik Sylwia III
11. Bombelka Anna III
12. Majzer Ewa III
13. Panic Maria III

VI m „Śląsk" Tarn. Góry

1. Tetfejer Jadwiga III
2. Dudek Irena III
3. Szulc Lidia III
4. Nowak Maria III
5. Gętszek Irena III
6. Wałach Hildegarda III
7. Bok Katarzyna III
8. Szymańska Krystyna III
9. Frohlich Urszula III
10. Zajączkowska Izab. III
11. Hoefler Eleonora III
12. Małyska Wanda III

V m „Górnik" Sośnica

1. Szwarcer Inga II
2. Kycia Renata II
3. Lachowska Adela II
4. Hanke Urszula II
5. Wdoby Magdalena II
6. Mader Róża II
7. Kozok Janina II
8. Łukaszczyk Helena II
9. Jaskóła J. II
10. Voelkel L. III
11. Imiolczyk Irena III
12. Kostka Jadwiga III
13. Krańczyk Charlotta III

VII „Sparta" Dobrodzień

1. Wojtas Maria III
2. Kunasz Kazimiera III
3. Muskała Alicja III
4. Szaszewicz Janina III

I m „Zryw" Katowice

1. Mochniak Bron. II
2. Łabowska Maria II
3. Dratwicka Henryka II
4. Polok Maria II
5. Zielniok Róża II
6. Lis Czesława II
7. Krzykawska Stef. II
8. Thym Maria II
9. Rickert Cecylia II
10. Bania Lidia II
11. Operhalska Halina II
12. Kubik Jadwiga III
13. Wąsikowska Urszula III
14. Stanik Maria III
15. Jany Mieczysława III
16. Rudnik Teresa III

III m „Ruch" Chorzów

1. Sojka Krystyna II
2. Pinkawa Danuta II
3. Janiczek Krystyna II
4. Loewy Wiera II
5. Spandel Krystyna II
6. Kamińska Barbara II
7. Wywalec Agnieszka II
8. Sołowska Joanna II
9. Pikos Teresa III
10. Bryla Pelagia III
11. Tik Małgorzata III
12. Wons Elżbieta III
13. Wójcik Anna III

IV m „Start" Chorzów

1. Procek Helena II
2. Demarczyk Hildegar. II
3. Kijas Krystyna II
4. Rataj Maria II
5. Jędrzyk Renata II
6. Leśniowska Magdal. II
7. Mosz Krystyna II
8. Szymała Łucja II
9. Mosz Regina II
10. Choroba Hildegarda III
11. Jaszyk Aniela III
12. Leduchowska Ursz. III

Klasa „A"—drużyny męskie
XI m. LZS Orzesze

1. Początek Eug. III
2. Janik Gerard I III
3. Czyrnia Józef III
4. Wiercioch Konrad III
5. Pietrzyk Kazimierz III
6. Głodek Konstanty III
7. Janik Gerard II III
8. Skrzypczak Zenon III
9. Janik Norbert III
10. Kubica Bernard III
11. Siury Rufin III
12. Majcher Werner III
13. Początek Ryszard III
14. Szafraniec Maks. III
15. Pajączek Wiktor III

VI m „Kolejarz" Tarn. Góry

1. Gryska Norbert III
2. Słomka Wilhelm III
3. Spałek Jerzy III
4. Pelka Mikołaj III
5. Grabski M. III
6. Liszka Bogumił III
7. Nowak Norbert III
8. Osadnik Stanisław III
9. Karsznia Roman III
10. Piernikarczyk Cz. III
11. Nowak Józef III
12. Ordon Herbert III
13. Sedlaczek Leon M III
14. Szymik Henryk III
15. Janusz Zbigniew III
16. Łazurkiewicz Rom. III

IV m „Ruch" Chorzów

1. Jasina Franciszek II
2. Cierpioł Józef II
3. Toborek Henryk II
4. Sopota Ewald II
5. Kubicki Norbert II
6. Wrazidło Lucjan II
7. Dudek Paweł II
8. Skolud Romuald II
9. Pająk Zygmunt II
10. Brzeński Henryk II
11. Nowak Franciszek III
12. Piksa Stanisław III
13. Sebrala Józef III
14. Jagiełło Rudolf III
15. Kusz Idzi III
16. Nowak Fryderyk III

II m. „Górnik" Świętochł.

1. Skolik Erwin II
2. Słupik Alojzy II
3. Pawlik Henryk II
4. Kotyrba Teodor II
5. Słupik Antoni II
6. Gajdzik Ernest II
7. Skop Aleksander II
8. Pyka Piotr II
9. Panczek Józef II
10. Mróz Ernest II
11. Matuszek Henryk III
12. Kowolik Józef II
13. Morys Edward III
14. Gwóźdź Józef III
15. Żmudziński Zyg. III
16. Garncosz Jan III
17. Brzezina Alfred III
18. Kornas Franciszek III

VIII m. „Budowlani" Cz-wa

1. Kisiel Marian III
2. Kuzak Roman III
3. Małkowski Wacław III
4. Białkowski Jerzy III
5. Wojtasik Ryszard III
6. Malik Waldemar III
7. Mrozicki Stefan III
8. Jankowski Cezary III
9. Binek Stanisław III
10. Musiał Maciej III
11. Piłat Wacław III
12. Piega Marian III
13. Wiekiera Bogdan III
14. Bajdur Edmund III
15. Gawlik Marian III

V m. „Pogoń" Zabrze

1. Utikal Manfred II
2. Cyran Eryk II
3. Węgierek Kurt II
4. Majrzak Henryk II
5. Kucza Józef II
6. Wilk Stanisław II
7. Tac Gerard II
8. Granel Herbert II
9. Krawczyk Alfred II
10. Wilk Henryk II
11. Ditmar Jerzy II
12. Lysik Helmut II
13. Derfla Alfred II
14. Mansfeld Manfred III
15. Śliwiński Roman III
16. Hończa Rudolf III
17. Gąsior Jerzy III

VI m. „Sparta" Dobrodzień

1. Szopa Henryk II
2. Kowolik Henryk II
3. Popenda Zenon II
4. Koj Herbert II
5. Gostyn Michał II
6. Bartnicki Wilhelm II
7. Cylik Edmund II
8. Mika Alfred II
9. Kozok Henryk II
10. Cylik Ginter II
11. Wańczyk Reinhold II
12. Walecha Ernest II
13. Gostyn Józef II
14. Feliks Piotr III
15. Kuboth Horst III
16. Janica Ryszard III
17. Piechaczek Gerard III

X m. „Zgoda" Świętochłowice

1. Spałek Norbert III
2. Rieger Józef III

Lp. Nazwisko i imię klasa

3. Churtowski Jacek III
4. Świergula Jan III
5. Skawiński Zenon III
6. Fabijaniak Tadeusz III
7. Musiał Józef III
8. Wawrzynek Leon III
9. Miler Marian III
10. Bentkowski Edwerd III
11. Szymankiewicz Zyg. III
12. Konieczny Andrzej III
13. Kałuża Jan III
14. Andrzejewski Lucjan III
15. Nowak Czesław III
16. Rimpler Arkadiusz III
17. Madeja Jan III
18. Knebel Walerian III

III m. „Górnik" Bobrek

1. Laszczok Walter II
2. Piechota Jan II
3. Susek Gerard II
4. Kusza Paweł II
5. Pielot Ginter II
6. Famuła Bronisław II
7. Mankiewicz Jerzy II
8. Świerkot II
9. Paszek Henryk II
10. Kołodziejczyk Ginter II
11. Granda Gerard II
12. Biłaj Manfred II
13. Jędrysek Manfred III
14. Świerc E. III

IX m. „Stal" Łaziska

1. Kutner Igor III
2. Smolik Henryk III
3. Harnasz Jan III
4. Wierus Marek III
5. Kubala Henryk III
6. Puchała Leon III
7. Kowalski Stanisław III
8. Kubala Paweł III
9. Szyndzielorz Ryszard III
10. Październek Stefan III
11. Wieczorek Eugeniusz III
12. Śmietana Bolesław III
13. Puchała Zygmunt III
14. Rudek Karol III
15. Bochnia Emil III

I m. „Górnik" Biskupice

1. Skrzydło Ginter II
2. Kowal Jan II
3. Mikler Kurt II
4. Czmok Franciszek II
5. Weis Edward II
6. Ledwoń Eryk II
7. Niewięć Walter II
8. Dubala Werner II
9. Pawliczek Franciszek II
10. Szreiber Werner II
11. Krotofil Joachim II
12. Janecki Józef II
13. Szopa Horst III
14. Fernes Klaus III

Kobiety kl. „B"
KS „Sparta" Katowice

1. Pandol Sylwia III
2. Wątroba Bogusława III
3. Liszka Irena III
4. Jabłonka Magdalena III
5. Gima Wanda III

Lp. Nazwisko i imię klasa

6. Kornaszewska Kryst. III
7. Bugla Stefania III
8. Gronowska Teresa III
9. Czukin Danuta III
10. Wawro Helena III
11. Kornańska Krystyna III
12. Szymańska Maria III
13. Gradowska Barbara III

KS „Kolejarz" Katowice

1. Potap Gizela III
2. Hobik Genowefa III
3. Garbela Maria III
4. Sąkol Ingeborga III
5. Pawlik Eryka III
6. Rupert Małgorzata III
7. Dendzik Jadwiga III
8. Buty Irena III
9. Kempna Jadwiga III
10. Lamba Róża III
11. Orlik Ingeborga III

KS „Górnik" Świętochłowice

1. Bochenek Urszula III
2. Bensz Felicja III
3. Ozimek Róża III
4. Bensz Dorota III
5. Ochman Joanna III
6. Kulejewska Kryst. III
7. Mojzel Gizela III
8. Gasz Maria III
9. Wilde Maria III
10. Toman Regina III
11. Kołodziej Antonina III
12. Kołodziej Krystyna III
13. Pojda Elżbieta III
14. Wilczyk Stefania III
15. Klimas Małgorzata III
16. Danek Wanda III

TKS „Górnik" Szombierki

1. Krasoń Krystyna III
2. Sznajder Elżbieta III
3. Hajnisz Maria III
4. Ziegler Jadwiga III
5. Mozgalik Inga III
6. Warwas Urszula III
7. Porwolik Kr. III
8. Jendrecka Stefania III
9. Ciura Róża III
10. Karwat Maria III
11. Kasprowska Brygida III
12. Benert Gertruda III
13. Podsiadły A. III

KS „Kolejarz" Gliwice

1. Mączka Franciszka III
2. Podgórska Janina III
3. Mik Entrauda III
4. Dimtor I. III
5. Mączka Elżbieta III
6. Ochman Joanna III
7. Ochman Dorota III
8. Pawlaczyk Sabina III
9. Mik Helena III
10. Hawrot Romana III

KS „Zryw" Bielsko-Biała

1. Witos Albina III
2. Kołotko Janina III
3. Buczek Alicja III

Lp. Nazwisko i imię klasa

4. Mrowiec Irena III
5. Śliwa Łucja III
6. Piznal Maria III
7. Widlarz Wanda III
8. Wnuk Teodora III
9. Skowronek Marta III
10. Baran Krystyna III
11. Zając Barbara III
12. Chromik Bronisława III

KS „Start" Gliwice

1. Brewka Maria III
2. Fic Krystyna III
3. Majer Łucja III
4. Piątek A. III
5. Pajer Renata III
6. Pionczyk Hildegarda III
7. Kowol Róża III
8. Kowol L. III
9. Hajok Elżbieta III
10. Skuba Barbara III
11. Fic Helena III
12. Woźnicka Barbara III
13. Spyrka Krystyna III
14. Urbanik Gizela III

KS „Stal" Chorzów Kościuszko

1. Bajer Katarzyna III
2. Marek Urszula III
3. Sówka Helena III
4. Pasztuszka Daniela III
5. Stanek Gerda III
6. Nowak Helena III
7. Hildebraud Jadwiga III
8. Borzucka Dorota III
9. Setnik Irena III
10. Setnik Halina III
11. Opala Teresa III

Juniorki
KS „Ruch" Chorzów

1. Dyga Urszula III
2. Zając Hildegarda III
3. Pinkawa Danuta III
4. Wywalec Agnieszka III
5. Kamińska Barbara III
6. Loewe Weronika III
7. Kiełtyska Małgorzata III
8. Bryła Pelagia III
9. Klaputek III
10. Walczak Krystyna III
11. Janiczek Joanna III

KS „Stal" Kościuszko Chorzów

1. Jendrzejosz G. kl. młodz.
2. Skorupa B. "
3. Czelon H. "
4. Wleklich J. "
5. Grzenowicz R. "
6. Wasilewska E. "
7. Laszczok B. "

KS „Zryw" Chorzów-Batory

1. Bleszka Edyta kl. młodz.
2. Szmidt Regina "
3. Słodczyk K. "
4. Pucek Ewa "
5. Skotnicka T. "
6. Kotylarz B. "
7. Pienka Barb. "

Lp. Nazwisko i imię klasa

8. Muskała H. "
9. Jama Teresa "

KS „Zryw" Rybnik

1. Nowak H. kl. młodz.
2. Szulik K. "
3. Konsek Kor. "
4. Mitręga Alek. "
5. Kubia Alfreda "
6. Turek Kryst. "
7. Kiera Irena "
8. Szczepańczyk A. "
9. Buchman T. "
10. Szuścik M. "
11. Musioł Halina "

KS LZS Orzesze

1. Brząkalik E. kl. młodz.
2. Larysz G. "
3. Wojda Aniela "
4. Wodecka R. "
5. Szczyrba M. "
6. Piechulik K. "
7. Jereszek J. "
8. Szafraniec Ur. "
9. Habraszka B. "
10. Matuszczyk A. "
11. Szymik Dorota "

KS „Górnik" Świętochłowice

1. Bobek Renata kl. młodz.
2. Bobek Laura "
3. Janas Halina "
4. Mika Edyta "
5. Bańdoch Maria "
6. Nowak Urszula "
7. Melzon Mał. "
8. Staszek Ing. "
9. Świątek Mał. "
10. Wilczek Mał. "
11. Gawenda J. "
12. Bielarzek J. "
13. Szafraniec A. "

KS „Start" Bytom — Tarn. Góry

1. Piltosz Kryst. kl. młodz.
2. Bryłka Teresa "
3. Matyszczak A. "
4. Mika Teresa "
5. Kowalik Irena "
6. Winiarska D. "
7. Kulej Teresa "
8. Gawenda Zofia "

Mężczyźni — kl. „C" gr. 2
KS „Górnik" Bobrek Ib

1. Hertwig Paweł kl. III
2. Lubos Helmut "
3. Orymek Paweł "
4. Hofman Herbert "
5. Swoboda Jan "
6. Szymkiewicz W. "
7. Jarząbek Werner "
8. Świerc Herman "
9. Zarczyński M. "
10. Rosiak Edward "
11. Mirkowski Zdz. "
12. Gabzdyl Stan. "

KS „Sparta" Dobrodzień Ib

1. Ciesiński K. kl. III
2. Janiczek Gotfryd "

Lp. Nazwisko i imię	klasa
3. Michalik Paweł	„
4. Dykta Paweł	„
5. Onufrowicz A.	„
6. Janta Rudolf	„
7. Bieniek Paweł	„
8. Gubot Leon	„
9. Bryś Gerard	„
10. Sosnowski Józef	„
11. Michalik Herbert	„

KS „Pogoń" Zabrze I b

Lp. Nazwisko i imię	klasa
1. Kupferberg Piotr	kl. III
2. Żelazny Józef	„
3. Bujok Krystian	„
4. Klose Ernest	„
5. Fudera K.	„
6. Major Lotar	„
7. Urbańczyk H.	„
8. Jendryczek W.	„
9. Bensz Józef	„
10. Cholewa Fran.	„
11. Spyth Walter	„
12. Jondro Bolesł.	„
13. Reese Hubert	„
14. Gazda Herbert	„

KS „Budowlani" Cz-wa Ib

Lp. Nazwisko i imię	klasa
1. Kowalski Stefan	kl. III
2. Bojakowski St.	„
3. Ceglarek M.	„
4. Gola Stanisław	„
5. Olejniczak W.	„
6. Sówka Jan	„
7. Małkowski T.	„
8. Sokołowski J.	„
9. Noceń Jerzy	„

KS „Górnik" Świętochłowice Ib

Lp. Nazwisko i imię	klasa
1. Kamiński Jan	kl. III
2. Lubojański Józef	„
3. Kowalski Hubert	„
4. Wajs Henryk	„
5. Brol Stefan	„
6. Żabka Józef	„
7. Tomala Zygmunt	„
8. Piekarski Z.	„
9. Kacler Emanuel	„
10. Kuta Józef	„
11. Mika Józef	„
12. Stodułka Jan	„

KS „Górnik" Biskupice Ib

Lp. Nazwisko i imię	klasa
1. Białas Zygfryd	kl. III
2. Hyla Klaus	„
3. Garbela Karol	„
4. Wieczorek Werner	„
5. Niedziela Herbert	„
6. Gorzela Werner	„
7. Olszynka Jan	„
8. Hadasik Gotfryd	„
9. Komander Herbert	„
10. Czok Ginter	„
11. Jerzak Karol	„

KS „Kolejarz" Tarn. Góry Ib

Lp. Nazwisko i imię	klasa
1. Świtała Jan	kl. III
2. Latusek Eug.	„
3. Wanior Rudolf	„
4. Toman Alfred	„
5. Poulich Albin	„
6. Pyka Henryk	„
7. Pytlik Andrzej	„
8. Kaluża Andrzej	„
9. Król Jerzy	„
10. Wandzik Zb.	„

KS „Zgoda Świętochłowice Ib

Lp. Nazwisko i imię	klasa
1. Josz Ryszard	kl. III
2. Krzewica Jerzy	„
3. Lebiocha Eug	„
4. Rajtor Roman	„
5. Szymczyk Józef	„
6. Hajn Bernard	„
7. Paruzel Stanisław	„
8. Kołoczek Jan	„
9. Łach Józef	„
10. Adamczewski St.	„

Inspektor Sekcji **Zb. Głogoszewski**

Przewodn. Kom. Klasyfikacyjnej **Józef Panczek**

PIŁKA NOŻNA

KOMUNIKAT Nr. 34/56

Komisji Gier Seniorów Sekcji Piłki Nożnej WKKF w Katowicach z dnia 19. października 1956 r. dotyczący kar i korespondencji.

1. Kary

Podaje się do wiadomości kary nałożone na zawodników przez Komisję Organizacyjną SPN WKKF.

1. ukarano zawodnika Helmuta Matuszowica z TKS „Polonia" Bytom 3-miesięczną dyskwalifikacją na podst. § 6 przepisów dyscyplinarnych za podpisanie karty zgłoszenia do 2 Kół Sportowych.

2. ukarano zawodnika Józefa Zielińskiego z KS „Stal" przy hucie Kościuszko 3-miejsięczną dyskwalifikacją na podstawie § 6 przepisów dyscyplinarnych za podpisanie karty zgłoszenia do 2 Kół Sportowych.

Termin rozpoczęcia kary dla obu zawodników liczy się w 3 dni od daty ogłoszenia jej w „Biuletynie Sportowym" WKKF.

2. Korespondencja

1. Uchwałę Komisji Gier Seniorów z dnia 19. X. 1956 roku uchyla się decyzję SPN PKKF Pszczyna odnośnie zweryfikowania zawodów o mistrzostwo kl „B" rozegranych w dniu 19. 8. br. pomiędzy LZS Kobiór — LZS Wisła Wielka jako w o na korzyść LZS Wisła Wielka i poleca się zawody te zweryfikować zgodnie z wynikiem osiągniętym na boisku.

Uzasadnienie:

Zawodnik Edward Giel dopuścił się przewinienia podczas zawodów w dniu 3. 6. 56 r. za co Komisja Gier przy SPN PKKF Pszczyna ukarała go jednotygodniową dyskwalifikacją. W komunikacie wspomnianej SPN z dnia 15. 7. 56 r. karę tę ogłoszono wyznaczając termin jej odbycia na dzień 10 .8. 56 r. W związku z tym zawodnik Edward Giel był uprawniony do gry już w dniu 19. 8. br. t. zn. mógł wziąć udział w zawodach z LZS Wisła Wielka.

Sekretarz **A. Klyszcz** Inspektor Sekcji **K. Zgol** Przewodniczący **T. Malinowski**

PŁYWANIE

KOMUNIKAT Nr. 7/56

Sekcji Pływania WKKF w Katowicach dotyczący eliminacji wojewódzkich do mistrzostw pływackich Polski.

1. Eliminacje wojewódzkie do mistrzostw Polski

Prezydium Sekcji Pływania zawiadamia, iż zgodnie z uchwałami podjętymi na zebraniu kierowników poszczególnych sekcji pływackich, eliminacje wojewódzkie do mistrzostw Polski w pływaniu odbędą się w dniach 11 i 18 listopada o godz. 16.30 na pływalni w Pałacu Młodzieży w Katowicach. Zbiórkę zawodników i kierowników zespołów wyznacza się na godz. 15.45. Termin zgłoszeń upływa z dniem 5. XI. 1956 r.

W dniu 11 listopada br. odbędą się następujące konkurencje — mężczyźni — 400 dow., 200 mot., 200 klas., 200 grzb.; kobiety — 400 dow., 100 mot., 100 klas., 100 grzbietowym.

W dniu 18 listopada br. — mężczyźni — 100 dow., 100 mot., 100 klas., 100 grzb., 200 dow.; — kobiety — 100 dow., 200 mot., 200 klas., 200 grzb.

2. Zgłoszenia do mistrzostw pływackich Polski w hali krytej

a) Mistrzostwa Polski w hali krytej w pływaniu odbędą się w Warszawie w dniach 7—9 grudnia 1956 r.

b) Do udziału w mistrzostwach Polski uprawnieni są zawodnicy klasy pierwszej i mistrzowskiej.

c) Zawodników do mistrzostw Polski zgłaszają poszczególne WKKF-y.

d) Sekcja Pływania WKKF Katowice zgłasza do mistrzostw Polski zawodników na podstawie zgłoszeń poszczególnych Klubów i Kół Sportowych ujętych w naszej ewidencji.

e) Zgłoszenia poszczególnych sekcji pływackich z imiennym wykazem zawodników oraz z potrzebną dokumentacją (ważną na rok 1956 książeczką klasyfikacyjną i aktualnym wynikiem z przeprowadzonych badań w Wojewódzkiej Poradni Sportowo-Lekarskiej) winny być złożone w Sekcji Pływania WKKF Katowice, ul. Warszawska 6 do dnia 15. XI. 1956 r. godz. 18,00.

Inspektor Sekcji **Hubert Żymła**

Przewodniczący Sekcji **J. Nogaj**

ATLETYKA

KOMUNIKAT Nr. 11/56

Sekcji Atletyki WKKF w Katowicach dotyczący spraw dyscyplinarnych, badań lekarskich, terminarza rozgrywek II serii, rozgrywek mistrzostw drużynowych ligi wojewódzkiej w zapasach klasycznych juniorów oraz adresów kół i sędziów.

1. Sprawy dyscyplinarne

W myśl pisma WSK.Z./V.1 56 GKKF Sekcji Zapasów z dnia 2. X. 1956 r. ukarano zawodnika Raka Jerzego ze „Stali" Łagiewniki 3 mies dyskw. za podrobienie daty badania lekarskiego w książeczce klasyfikacyjnej. Kara liczy się od 19. IX. 1956 r.

2. Badania lekarskie

Zgodnie z pismem Głównego Komitetu Kultury Fizycznej L. dz. WS V/B/V3/56 z dnia 10 VIII. 1956 r badania lekarskie przeprowadzą się tylko w książeczkach zawodniczych. W książeczkach klasyfikacyjnych badania nie będą wpisywane.

3. Terminarz rozgrywek II-giej serii rozgrywek mistrzostw drużynowych ligi wojewódzkiej w zapasach klasycznych juniorów.

Dnia 10. XI. 1956 r.

„Stal" Łabędy — „Górnik" 09 Mysłowice, — arbiter — Dworok Ryszard
„Budowlani" Chorzów — „Górnik" Katowice — arbiter — Rak Jerzy
„Stal" Łagiewniki — „Stal" Nowy Bytom — arbiter — Słupik Henryk
„Stal" Wełnowiec — LZS Imielin — arbiter — Koptoń Jan

Dnia 17. XI. 1956 r.

LZS Imielin — „Stal" Łagiewniki — arbiter — Gruca Edward
„Stal" Nowy Bytom — „Budowlani" Chorzów — arbiter — Śliwiński
„Górnik" Katowice — „Stal" Łabędy — arbiter — Kuligowski Z.
„Górnik" 09 Mysłowice — „Górnik" Ruda Śl. — arbiter — Urgacz Eryk

Dnia 25. XI. 1956 r.

„Górnik" Ruda Śl. — „Górnik" Katowice — arbiter — Kucharczyk
„Stal" Łabędy — „Stal" Nowy Bytom — arbiter — Koptoń Jan
„Budowlani" Chorzów — LZS Imielin — arbiter — Szot
„Stal" Łagiewniki — „Stal" Wełnowiec — arbiter — Szczekała

Dnia 1. XII. 1956 r.

„Stal" Wełnowiec — „Budowlani" Chorzów — arbiter — Wiśniewski J.
LZS Imielin — „Stal" Łabędy — arbiter — Kohn
„Stal" Nowy Bytom — „Górnik" Ruda Śląska — arbiter — Rak Jerzy
„Górnik" Katowice — „Górnik" 09 Mysłowice — arbiter — Urgacz Eryk

Dnia 8. XII. 1956 r.

„Górnik" 09 Mysłowice — „Stal" Nowy Bytom — arbiter — Wiśniewski J.
„Górnik" Ruda Śl. — LZS Imielin — arbiter — Niedurny R.
„Stal" Łabędy — „Stal" Wełnowiec — arbiter — Szczekała
„Budowalni" Chorzów" — „Stal" Łagiewniki — arbiter — Kuligowski Z.

Dnia 15. XII. 1956 r.

„Stal" Łagiewniki — „Stal" Łabędy — arbiter — Słupik Henryk
„Stal" Wełnowiec — „Górnik" Ruda Śląska — arbiter — Rak Jerzy
LZS Imielin — „Górnik" 09 Mysłowice — arbiter — Śliwiński
„Stal" Nowy Bytom — „Stal" Wełnowiec — arbiter — Koptoń Jan

Dnia 21 XII. 1956 r.

„Górnik" Katowice — LZS Imielin — arbiter — Gruce Edward
„Górnik" 09 Mysłowice — „Stal" Wełnowiec — arbiter — Gołaszczyk J.
„Górnik" Ruda Śl — „Stal" Łagiewniki — arbiter — Dworok R.
„Stal" Łabędy — „Budowlani" Chorzów — arbiter — Szczekała

Dnia 29. XII. 1956 r.

„Budowlani" Chorzów — „Gornik" 09 Mysłowice — arbiter — Czamberg Edm.
„Górnik" Katowice — „Stal" Łagiewniki — arbiter — Urgacz Eryk
„Górnik" 09 Mysłowice — „Budowlani" Chorzów — arbiter — Kuligowski Z.
„Górnik" Ruda Śl. — „Stal" Łabędy — arbiter — Słupik Henryk

Dnia 5. I. 1957 r.

„Budowlani" Chorzów — „Górnik" Ruda Śl. — arbiter — Rak Jerzy
„Stal" Łagiewniki — „Górnik" 09 Mysłowice — arbiter — Kusz Oskar
„Stal" Wełnowiec — „Górnik" Katowice — arbiter — Foltyn Antoni
LZS Imielin — „Stal" Nowy Bytom — arbiter — Gruce Edward

Powołując się na „Biuletyn Sportowy" Nr. 29(90) z dnia 15. IX. 56 r. przypominamy poprawki regulaminu mistrzostw drużynowych, który mówi — zawodnik, który nie jest zgłoszony i poewierdzony przez GKKF Sekcję Zapasów nie ma prawa brania udziału w roz

grywkach drużynowych. Terminy rozgrywek muszą bezwzględnie być dotrzymane, w przeciwnym wypadku drużyna przegrywa walkowerem.

Adresy Kół Sportowych

„Stal" Łabędy — Kucharczyk Józef — Łabędy, ul. K. Marksa 14

„Górnik" 09 Mysłowice — Kucharski Stefan — Mysłowice, Miarki 10

„Budowlani" Chorzów, Wolności 64 wzgl. Urgacz Eryk — Katowice, ul. Gliwicka 141

„Górnik" Katowice — Zientek Robert — Katowice Mikołowska 9, wzgl. Gołaś Antoni — Katowice, Mikołowska 43

„Stal" Łagiewniki — Sekcja Zapaśnicza — Huta Zygmunt — Łagiewniki Ob. Kopyto, wzgl Rak Jerzy — Łagiewniki, Ormowców 14

„Stal" Nowy Bytom, ul. Świerczewskiego — Hala Gimnastyczna

„Stal" Wełnowiec przy Zakł. Cynkowych Wełnowiec — Kuźnia Ob. Hetfer — Sekcja Zapaśnicza wzgl. Maruszewski Stanisław — Wełnowiec, Józefowska 75

LZS Imielin, ul. Oświęcimska 15 Ob. Kasperczyk Jan — wzgl. Gołaszczyk Józef Imielin, ul. Oświęcimska 19

Adresy sędziów

Słupik Henryk — Zabrze, Jana Kupca 7
Koptoń Jan — Ruda Śl., 1 Maja 3
Urgacz Eryk — Katowice-Załęże, ul. Gliwicka 141
Gruce Edward — Mysłowice, Janów Miejski, Działkowa 2
Kuligowski Zygmunt — Bielszowice, Kunickiego 4
Czamberg Edward — Imielin, Polna 1
Szot Henryk — Katowice, Pawła Chromika 7
Szczekała Bogdan — Ruda Śląska, Obrońców Stalingradu 25
Gurzan Ryszard — Łagiewniki, Kolonia Huty Zygmunt 13
Śliwiński Ryszard — Wełnowiec, Słoneczna 5
Zientek Robert — Katowice, Mikołowska 9
Kusz Oskar — Nowy Bytom, Daszyńskiego 28
Foltyn Jan — Chorzów, Powstańców 9
Wieśniewski Józef — Imielin, Pokoju 4
Rak Jerzy — Łagiewniki, Ormowców 14
Gołaszczyk Józef — Imielin, Oświęcimska 19
Dworok Ryszard — Nowy Bytom, Świerczewskiego 7
Kohn Alfred — Mysłowice Janów Miejski, ul. Działkowa 5

Adres Koła „Górnik" Ruda Śląska

Kałuża Jerzy — Ruda Śl., Osiedle Robotnicze, blok Nr. 50, wzgl. Koptoń Jan — Ruda Śl., 1 Maja 3

Sprawozdania z zawodów

Koła są zobowiązane przesyłać swe sprawozdania z przeprowadzonych zawodów do WKKF Katowice — Sekcja Zapaśnicza Katowice, Warszawska 6 — inspektor Żymła, tel. 325-59, wzgl. Gburski Józef, Katowice, Świerczewskiego 33, tel. 309-56 wewn. 258.

Inspektor Sekcji
Hubert Żymła

Z-ca Przewodniczącego
Józef Gburski

TENIS STOŁOWY

KOMUNIKAT Nr. 10/56

Komisji Sportowej Międzywojewódzkiej II Ligi Tenisa Stołowego Opole — Katowice dotyczący weryfikacji zawodów mistrzowskich.

1. Weryfikacja zawodów o mistrzostwo II Ligi Międzywojewódzkiej

III. z dnia 29. 9. 56 r.

9. „Budowlani" Opole — „Włókniarz" Częstochowa 3:7 i 2 pkt. dla „Włókniarza"
10. „Kolejarz" Kędzierzyn—„Gwardia" Katowice 2:8 i 2 pkt. dla „Gwardii"
11. „Stal" Nysa — „Sparta-Polonia" Bytom 10:0 i 2 pkt. dla „Stali"
12. „Włókniarz" Prudnik — „Stal" Cieszyn 2:8 i 2 pkt. dla „Stali"

IV. z dnia 30. 9 56 r.

13. „Budowlani" Opole — „Gwardia" Katowice 0:10 i 2 pkt. dla „Gwardii"
14. „Włókniarz" Prudnik — „Sparta-Polonia" Bytom 5:5 i po 1 p-kcie dla obu Kół
15. „Kolejarz" Kędzierzyn — „Stal" Cieszyn 4:6 i 2 pkt. dla „Stali"
16. „Stal" Nysa — „Włókniarz" Częstochowa 1:9 i 2 pkt. dla „Włókniarza"

Tabela mistrzostw

1.	„Stal" Cieszyn	11	19	79:31
2.	„Włókniarz" Częstochowa	11	17	73:37
3.	„Gwardia" Katowice	11	15	69:41
4.	„Kolejarz" Kędzierzyn	11	13	58:52
5.	„Sparta Polonia" Bytom	11	9	46:64
6.	„Stal" Nysa	11	6	41:69
7.	„Włókniarz" Prudnik	11	5	35:75
8.	„Budowlani" Opole	11	4	39:71

Sekretarz
St. Urla

Inspektor Sekcji
Fr. Koziak

Przewodniczący
Wł. Oleksiak

KOMUNIKAT Nr. 61/56

Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący utworzenia kobiecej Komisji Sportowej STS.

1. Utworzenie kobiecej Komisji Sportowej STS

Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego podaje do wiadomości, że na posiedzeniu w dniu 12. X. 1956 r. utworzono Kobiecą Komisję Sportową S. T. S., do zadań której należeć będą sprawy wszelkich rozgrywek drużyn żeńskich.

2. Skład osobowy kobiecej Komisji Sportowej S. T. S.

Przewodnicząca — Korczyńska Klara — „Budowlani" Wiceprzewodnicząca — Bielakowa Bogusława — „Start" Sekretarka — Piwowarczyk Jadwiga — „Górnik" Członkowie — Kordyś Cecylia — „Górnik" Neulirch Helena — „Sparta"

3. Posiedzenia

Posiedzenia Kobiecej Komisji Sportowej STS odbywać się będą w piątki każdego tygodnia od godz. 18.00 w lokalu Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach, przy ul. Warszawskiej Nr. 6, II piętro — pokój Nr. 10.

Sekretarz
St. Urla

Inspektor Sekcji
Fr. Koziak

Przewodniczący
Wł. Oleksiak

KOMUNIKAT Nr. 62/56

Komisji Sportowej Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący weryfikacji zawodów o mistrzostwo III Ligi Katowickiej.

1. Weryfikacja zawodów o mistrzostwo III-ciej Ligi.

IV. z dnia 30. IX. 1956 r.

16. „Górnik" Siemianowice — „Stal" huta Milowice 7:3 i 2 pkt. dla „Górnika",

17. „Stal“ Metal Gliwice — „Kolejarz“ Gliwice 2:8 i 2 pkt. dla „Kolejarza“.
18. „Włókniarz“ Bielsko — „Kolejarz“ Dąbrowa Górnicza 7:3 i 2 pkt. dla „Włókniarza“.
19. „Stal“ Bielsko — „Stal“ Kościuszko Chorzów 5:5 i po 1 pkcie dla obu Kół.
20. „Unia-Ruch“ Chorzów B. — „Budowlani“ Częstochowa 8:2 i 2 pkt. dla „Unii“.

Tabela mistrzostw

1. „Stal“ Bielsko	17	29	123:47
2. „Unia-Ruch“ Chorzów B.	17	25	104:66
3. „Kolejarz“ Dąbrowa Górnicza	17	21	101:69
4. „Budowlani“ Częstochowa	17	21	98:72
5. „Stal“ Kościuszko Chorzów	17	21	95:75
6. „Kolejarz“ Gliwice	16	20	94:66
7. „Górnik“ Siemianowice	16	18	85:75
8. „Stal“ huta Będzin	13	15	72:58
9. „Włókniarz“ Bielsko	17	15	80:90
10. „Górnik“ Bytom	16	14	78:82
11. „Stal“ Metal Gliwice	16	13	73:87
12. „Stal“ huta Milowice	17	3	51:119

2. Weryfikacja zawodów klasy „A“ mężczyzn.

Grupa I

V. zdnia 29. IX. 1956 r.

25. pauzowała — „Sparta“ Cieszyn.
26. „Start“ Chorzów — „Zryw“ Rybnik 10:0 i 2 pkt. dla „Startu.
27. „Stal“ Hutnik Gliwice — „Start“ Bielsko 2:8 i 2 pkt. dla „Startu“.
28. pauzował — „Górnik“ Czechowice.
29. „Budowlani“ Bielsko — „Górnik“ Knurów 10:0 i 2 pkt. dla „Budowlanych“.
30. „Sparta“ Tychy — „Stal“ I b Bielsko 3:7 i 2 pkt. dla „Stali“.

Tabela gr. I-szej

1. „Start“ Chorzów	15	27	124:26
2. „Start“ Bielsko	15	25	114:36
3. „Górnik“ Czechowice	16	24	117:43
4. „Sparta“ Cieszyn	16	24	106:54
4. „Stal“ hutnik Gliwice	15	19	99:51
6. „Zryw“ Rybnik	15	19	91:59
7. „Górnik“ Knurów	16	13	68:92
8. „Stal“ I b Bielsko	16	12	61:99
9. „Budowlani“ Bielsko	15	8	45:105
10. „Sparta“ Jedność Tychy	15	6	46:104

Grupa II

V. z dnia 29. IX. 1956 r.

29. pauzował — „Start“ Bielsko.
30. „Górnik“ Czeladź — „Górnik“ Wirek 5:5. i po 1 pkt. dla obu kół.
31. „Budowlani“ Zabrze — LZS Żychcice 9:1 i 2 pkt. dla „Budowlanych“.
32. „Stal“ Zgoda Świętochłowice — „Sparta“ Miechowice 4:6 i 2 pkt. dla „Sparty“.
33. „Stal“ Armatury Sosn. — „Sparta“ Zabrze 10:0 i 2 pkt. dla „Stali“.
34. „Stal“ I b Siemianowice — „Stal“ CBKM Bytom 8:2 i 2 pkt. dla Siemianowic.
35. „Stal“ Łagiewniki — „Stal“ I b Kościuszko Chorzów 7:3 i 2 pkt. dla Łagiewnik.

Tabela gr. II-giej

1. „Budowlani“ Zabrze	15	27	119:31
2. „Stal“ I b Siemianowice	16	26	110:50
3. „Stal“ Łagiewniki	16	26	106:54
4. „Górnik“ Wirek	16	22	106:54
5. „Stal“ CBKM Bytom	17	21	91:79
6. „Sparta“ Zabrze	16	17	80:80
7. „Górnik“ Czeladź	15	14	73:77
8. „Stal“ Armatury Sosnowiec	15	12	69:81
9. „Stal“ I b Kościuszko Chorzów	16	11	72:88
10. „Stal“ Zgoda Swiętochłowice	16	11	67:93
11. „Sparta“ Miechowice	16	10	61:99
12. LZS Żychcice	16	6	39:121
13. „Start“ Bytom	16	1	24:136

Przewodniczący Komisji Sportowej
J. Woźnica

Inspektor Sekcji **Fr. Koziak**

Przewodniczący Sekcji **Wł. Oleksiak**

KOMUNIKAT Nr. 63/56

Kobiecej Komisji Sportowej Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący weryfikacji zawodów o mistrzostwo kl. „A“ i „B“ (kobiet).

1. Weryfikacja zawodów o mistrzostwo klasy „A“ (kobiet)

I. z dnia 1. X. 1956 r.

1. „Stal“ huta Bedzin — „Unia-Ruch“ Chorzów (zawody odłożone)
2. pauzowali — „Budowlani“ Zabrze
3. „Stal“ Bielsko — „Włókniarz“ Bielsko 10:0 i 2 pkt. dla „Stali“
4. „Start“ Bielsko — „Strt“ Bytom 10:0 i 2 pkt. (walk.) dla „Startu“ Bielsko

Tabela mistrzostw

1. „Start“ Bielsko	7	13	57 13
2. „Unia-Ruch“ Chorzów Batory	6	11	53:7
3. „Stal“ Bielsko	7	6	35.35
4. „Start“ Bytom	7	6	28:42
5 „Stal“ huta Będzin	6	4	21:39
6 „Włókniarz“ Bielsko	7	4	19:51
7. „Budowlani“ Zabrze	6	2	17 43

2. Weryfikacja zawodów o mistrzostwo klasy „B“ (kobiet)

I. z dnia 4. 9. 1956 r.

1. „Budowlani“ Mysłowice — „Górnik“ Częstochowa 6:4 i 2 pkt, dla „Budowlanych“

II. z dnia 11. 9. 56 r.

2. „Stal“ Konstal Chorzów — „Budowlani“ Mysłowice i 2 pkt. dla „Budowlanych“

III. z dnia 18. 9. 1956 r.

3. „Budowlani“ Mysłowice — „Stal“ Ib Bielsko 10:0 (walk.) i 2 pkt. dla „Budowalnych“

IV. z dnia 25. 9. 1956 r.

4. „Kolejarz“ Gliwice — „Budowlani“ Mysłowice 3:7 i 2 pkt. dla „Budowlanych“

V. z dnia 2. 10. 1956 r.

5. „Budowlani“ Mysłowice — „Zryw“ Rybnik 7:3 i 2 pkt. dla „Budowlanych“

VI. z dnia 9. 10. 1956 r.

6. „Górnik“ CWE Dąbr. Górn. — „Budowlani“ Mysłowice 1:9 i 2 pkt. dla „Budowlanych“

VII. z dnia 16. 10. 1956 r.

7. „Sparta“ Mysłowice — „Budowlani“ Mysłowice 2:8 i 2 pkt. dla „Budowlanych“

Tabela mistrzostw

1.	„Budowlani" Mysłowice	7	14	55:15
2.	„Górnik" Częstochowa	7	12	56:14
3.	„Stal" Ib Bielsko	7	8	39:31
4.	„Zryw" Rybnik	7	8	38 32
5.	„Sparta" Mysłowice	7	8	31:39
6.	„Stal" Konstal Chorzów	7	4	22 43
7.	„Kolejarz" Gliwice	7	2	25 45
8.	„Górnik" CWE Dąbr. Górn.	7	—	14:56

3. Nowy adres miejsca rozgrywek

K. S. „Sparta" Mysłowice, ul. Strażacka Nr 5 — świetlica M. P R. B.
Przewodn. Kobiecej

Komisji Sportowej	Inspektor Sekcji	Przew. Sekcji
K. Korczyńska	**Fr. Koziak**	**Wł. Oleksiak**

KOMUNIKAT Nr. 64/56

Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący współzawodnictwa zawodników/czek z turnieju klasyfikacyjnego w Rybniku.

1. Wyniki współzawodnictwa.

Prezydium Sekcji Tenisa Stolowego poniżej podaje do wiadomości wyniki współzawodnictwa z turnieju klasyfikacyjnego odbytego w dniach 25—26 sierpnia 1956 r. w Rybniku.

a) Współzawodnictwo indywidualne.

Mężczyźni.

1. Kawczyk Witold — „Stal" Siemianowiczanka 32 pkt.
2. Myrcik Józef — AZS Gliwice 28 „
3. Piechaczek Jerzy — „Stal" Siemian. 25 „
4. Woźnica Józef — „Górnik" Siemianowice 23 „
5. Ulrych Bogusław — „Gwardia" Katowice 20 „
6. Szczęśniak Franc. — „Gwardia" Katowice 18 „
7. Gracz Leszek — „Stal" Bielsko 16 „
8. Szwarcenkorn R. — „Górnik" Siemianowice 14 „
9. Fojcik Eugeniusz — „Stal" Siemianow. 10 „
10. Góralik Stefan — „Stal" Bielsko 10 „
11. Jucha Edward — „Stal" Bielsko 10 „
12. Krauze Henryk — „Unia-Ruch" Chorzów B. 10 „
13. Kubaczka Kornel — AZS Gliwice 10 „
14. Milbauer Edward — „Górnik" Siemian. 10 „
15. Siedlaczek H. — „Stal" Hutnik Gliwice 10 „
16. Szymik Rudolf — „Stal" Cieszyn 10 „
17. Adamczyk Ryszard — „Stal" huta Będzin 5 „
18. Bogocz Joachim — „Zryw" Rybnik 5 „
19. Budny Józef — „Sparta" Tychy 5 „
20. Bula Albin — „Unia-Ruch" Chorzów B. 5 „
21. Dziki Ryszard — „Unia-Ruch" Chorzów B. 5 „
22. Chalupka A. — „Unia-Ruch" Chorzów B. 5 „
23. Jojko St. — „Unia-Ruch" Chorzów B. 5 „
24. Machulik Joachim — „Górnik" Rybnik 5 „
25. Mucha Zbigniew — „Stal" huta Będzin 5 „
26. Podeszwa Sylwester — „Górnik" Bytom 5 „
27. Seweryński Jerzy — „Start" Chorzów 5 „
28. Spiewok Henryk — „Stal" Rybnik 5 „
29. Strzebień Ginter — „Górnik" Bytom 5 „
30. Wojtyczko Witold — „Gwardia" Katowice 5 „
31. Wolny A. — „Kolejarz" Czarni Pyskowice 5 „
32. Wolny Jan — „Kolejarz" Czarni Pyskowice 5 „

b) Współzawodnictwo Zrzeszeniowe.

1. „Stal" — 12 pkt.
2. „Górnik" — 8 „
3. A. Z. S. — 6 „
4. „Gwardia" — 6 „
5. „Unia" — 4 „
6. „Kolejarz" — 1 „
7. „Sparta" — 1 „
8. „Start" — 1 „
9. „Zryw" — 1 „

c) Współzawodnictwo Kół Sportowych

1. „Stal" Siemianowiczanka — 11 pkt.
2. „Górnik" Siemianowice — 8 „
3. „Stal" Bielsko — 7 „
4. A. Z. S. Gliwice — 6 „
5. „Gwardia" Katowice — 6 „
6. „Unia-Ruch" Chorzów Batory — 6 „
7. „Stal" Cieszyn — 2 „
8. „Stal" Hutnik Gliwice — 2 „
9. „Górnik" Bytom — 1 „
10. „Kolejarz" Czarni Pyskowice — 1 „
11. „Sparta" Tychy — 1 „
12. „Stal" Huta Będzin — 1 „
13. „Stal" Rybnik — 1 „
14. „Start" Chorzów — 1 „
15. „Zryw" Rybnik — 1 „

d) Współzawodnictwo Indywidualne.

Kobiet.

1. Krawczykówna I. — „Unia-Ruch" Chorzów B. 8 pkt.
2. Przybylanka M. — „Unia-Ruch" Chorzów B. 6 „
3. Madratowa Anna — „Górnik" Częstochowa 5 „
4. Szkucikówna Anna — „Stal" Bielsko 3 „
5. Sobastowa Leokadia — „Start" Bielsko 2 „
6. Hanowa Bronisława — „Stal" Bielsko 1 „

e) Współzawodnictwo Zrzeszeniowe.

1. „Unia" — 4 pkt.
2. „Górni" — 3 „
3. „Stal" — 2 „
4. „Start" — 1 „

f) Współzawodnictwo Kół Sportowych

1. „Unia-Ruch" Chorzów-Batory — 4 pkt.
2. „Górnik" Częstochowa — 3 „
3. „Stal" Bielsko — 2 „
4. „Start" Bielsko — 1 „

Sekretarz	Inspektor Sekcji	Przewodniczący Sekcji
St. Urla	**Fr. Koziak**	**Wł. Oleksiak**

KOMUNIKAT Nr. 65/56

Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący współzawodnictwa zawodników/czek z turnieju klasyfikacyjnego w Mysłowicach.

1. Wyniki współzawodnictwa.

Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego poniżej podaje do wiadomości wyniki współzawodnictwa z turnieju klasyfikacyjnego odbytego w dniach 8 i 9 września 1956 r. w Mysłowicach.

a) Współzawodnictwo indywidualne.

Mężczyźni.

1. Strzelecki Zbigniew — „Budowlani" Cz-wa 32 pkt.
2. Szczęśniak Fr. — „Gwardia" Katowice 28 „
3. Krawczyk Wiesław — „Stal" huta Będzin 25 „
4. Fornalak Henryk — „Start" Chorzów 23 „
5. Wójcik W. — „Kolejarz" Dąbrowa Górn. 20 „
6. Pyka Leon — „Stal" Kościuszko Chorzów 18 „
7. Tomecki Jerzy — „Stal" Łagiewniki 16 „
8. Huptys Stefan — „Kolejarz" Dąbrowa Górn. 14 „
9. Cmok Jerzy — „Budowlani" Mysłowice 10 „
10. Hulist Edward — „Kolejarz" Dąbrowa Górn. 10 „
11. Knapik Rudolf — „Start" Chorzów 10 „

12. Michalski A. — „Stal“ Siemianowiczanka 10 „
13. Mandrzewski W. — „Budowlani“ Mysłowice 10 „
14. Myrcik Józef — AZS Gliwice 10 „
15. Thiel Robert — „Stal“ Siemianowiczanka 10 „
16. Wolny A. — „Kolejarz“ Czarni Pyskowice 10 „
17. Adamczyk Ryszard — „Stal“ huta Będzin 5 „
18. Bachowski Wł. — „Włókniarz“ Bielsko 5 „
19. Bogocz Joachim — „Zryw“ Rybnik 5 „
20. Chrószcz Marian — „Górnik“ Kleofas Kat. 5 „
21. Drewniok Hubert — „Start“ Chorzów 5 „
22. Drodż Kazimierz — „Górnik“ Jęzor 5 „
23. Madrat Janusz — „Górnik“ Częstochowa 5 „
24. Mucha Zbigniew — „Stal“ huta Będzin 5 „
25. Pękała Józef — „Sparta“ Mysłowice 5 „
26. Pfeifer Adam — „Stal“ Siemianowiczanka 5 „
27. Reclik Mieczysław — „Zryw“ Rybnik 5 „
28. Ślączka Tadeusz — „Górnik“ Jęzor 5 „
29. Suchoń Marian — „Włókniarz“ Bielsko 5 „
30. Wolf Tadeusz — „Start“ Chorzów 5 „
31. Wolny Jerzy — „Kolejarz“ Czarni Pyskowice 5 „
32. Zbrożek Wiesław — „Górnik“ Jęzor 5 „

b) Współzawodnictwo Zrzeszeniowe.

1. „Kolejarz“ — 12 pkt.
2. „Stal“ — 12 „
3. „Budowlani“ — 9 „
4. „Start“ — 6 „
5. „Górnik“ — 4 „
6. „Gwardia“ — 4 „
7. „Zryw“ — 2 „
8. A. Z. S. — 1 „
9. „Sparta — 1 „
10. „Włókniarz“ — 1 „

c) Współzawodnictwo Kół Sportowych

1. „Kolejarz“ Dąbrowa Górnicza — 9 pkt.
2. „Budowlani“ Częstochowa — 6 „
3. „Start“ Chorzów — 6 „
4. „Gwardia“ Katowice — 4 „
5. „Budowlani“ Mysłowice — 3 „
6. „Górnik“ Jęzor — 3 „
7. „Kolejarz“ Pyskowice — 3 „
8. „Stal“ huta Będzin — 3 „
9. „Stal“ Kościuszko Chorzów — 3 „
10. „Stal“ Łagiewniki — 3 „
11. „Stal“ Siemianowiczanka — 3 „
12. „Zryw“ Rybnik — 2 „
13. AZS Gliwice — 1 „
14. „Górnik“ Częstochowa — 1 „
16. „Sparta“ Mysłowice — 1 „
16. „Włókniarz“ Bielsko — 1 „

d) Współzawodnictwo Indywidualne.

Kobiet.

1. Sobestowa Leokadia — „Start“ Bielsko — 8 pkt.
2. Bielakowa Bogusława — „Start“ Bytom 6 „
3. Zbikówna Antonina — „Start“ Bielsko 5 „
4. Szkucikówna Anna — „Stal“ Bielsko 3 „
5. Hanowa Bronisława — „Stal“ Bielsko 2 „
6. Kostkowa Irena — „Budowlani“ Mysłowice 1 „
7. Kralewska K. — „Budowlani“ Mysłowice 1 „
8. Korczyńska Klara — „Budowlani“ Mysłowice 1 „
9. Madratowa Anna — „Górnik“ Częstochowa 1 „
10. Pinczer Krystyna — „Stal“ Bielsko 1 „
11. Czerna — „Sparta“ Mysłowice 1 „

e) Współzawodnictwo Zrzeszeniowe.

1. „Start“ — 5 pkt.
2. „Budowlani“ — 3 „
3. „Stal“ — 2 „
4. „Górnik“ — 1 „
5. „Sparta“ — 1 „

f) Współzawodnictwo Kół Sportowych

1. „Start“ Bielsko — 4 pkt.
2. „Budowlani“ Mysłowice — 3 „
3. „Stal“ Bielsko — 2 „
4. „Start“ Bytom — 2 „
5. „Górnik“ Częstochowa — 1 „
6. „Sparta“ Mysłowice — 1 „

Sekretarz	Inspektor Sekcji	Przewodniczący Sekcji
St. Urla	**Fr. Koziak**	**Wł. Oleksiak**

KOMUNIKAT Nr. 66/56

Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego WKKF w Katowicach dotyczący współzawodnictwa indywidualnego, zrzeszeniowego i Kół Sportowych z turnieju klasyfikacyjnego w Częstochowie.

1. Wyniki współzawodnictwa

Prezydium Sekcji Tenisa Stołowego podaje poniżej do wiadomości wyniki współzawodnictwa z turnieju klasyfikacyjnego odbytego w dniach 13 i 14 października 1956 r. w Częstochowie.

a) Współzawodnictwo indywidualne

MĘŻCZYŹNI

1. Podwórny Roman — „Kolejarz“ Gliwice 32 pkt. 16 pkt. = 48 pkt.
2. Gracz Leszek — „Stal“ Bielsko 28 „ 14 „ = 42 „
3. Fojcik Eugeniusz — „Stal“ Siemian. 25 „ — „ = 25 „
4. Szczęśniak Franciszek — „Gwardia“ Katowice 23 „ — „ = 23 „
5. Seweryński Jerzy — „Start“ Chorzów 20 „ 10 „ = 30 „
6. Omański Jerzy — „Włókniarz“ Częst. 18 „ — „ = 18 „
7. Krauze Henryk — „Unia-Ruch“ Chorz. 16 „ — „ = 16 „
8. Kawczyk Witold — „Stal“ Siemian. 14 „ 7 „ = 21 „
9. Chałupka Andrzej — „Unia-Ruch“ Ch. B. 10 „ 5 „ = 15 „
10. Góralik Stefan — „Stal“ Bielsko 10 „ 5 „ = 15 „
11. Knapik Rudolf — „Start“ Chorzów 10 „ — „ = 10 „
12. Kozłowski Kazimierz — „Włókniarz“ Częst. 10 „ — „ = 10 „
13. Krawczyk Wiesław — „Stal“ huta Będzin 10 „ — „ = 10 „
14. Milbauer Edward — „Górnik“ Siemian. 10 „ 5 „ = 15 „
15. Szczypta Adam — „Gwardia“ Katowice 10 „ — „ = 10 „
16. Szczurek Stanisław — „Stal-Hutnik“ Gliw. 10 „ 5 „ = 15 „
17. Adamczyk Ryszerd — „Stal“ huta Będzin 5 „ — „ = 5 „
18. Dyczka Joachim — „Start“ Chorzów 5 „ — „ = 5 „
19. Konieczny Andrzej — „Zryw“ Rybnik 5 „ — „ = 5 „
20. Kwaśny Aleksander — „Włókniarz“ Bielsko 5 „ — „ = 5 „
21. Marzec Jerzy — „Sparta-Polonia“ Byt. 5 „ — „ = 5 „
22. Mucha Zbigniew — „Stal“ huta Będzin 5 „ — „ = 5 „
23. Nowakowski Henryk — „Stal“ Kościuszko Ch. 5 „ — „ = 5 „
24. Pfeifer Adam — „Stal“ Siemian. 5 „ — „ = 5 „
25. Rus Zenon — „Górnik“ Bytom 5 „ — „ = 5 „
26. Suchoń Marian

— „Włókniarz“ Bielsko 5 „ — „ = 5 „
27. Strzebień Ginter
— „Górnik“ Bytom 5 „ — „ = 5 „
28. Szkop Józef
— „Stal“ Kościuszko Ch. 5 „ — „ = 5 „
29. Szwarcenkorn Rudolf
— „Górnik“ Sieman. 5 „ 2 „ = 7 „
30. Til Robert
— „Stal Siemian. 5 „ — „ = 5 „
31. Tomalik Jerzy
— „Włókniarz“ Bielsko 5 „ — „ = 5 „
32. Wolny Jerzy
— „Kolejarz“ Czarni Pys. 5 „ — „ = 5 „

b) Współzawodnictwo Zrzeszeniowe

1. „Stal“ — 11 pkt.
2. „Start“ — 6 pkt.
3. „Kolejarz“ — 6 pkt.
4. „Gwardia“ — 5 pkt.
5. „Unia“ — 5 pkt.
6. „Włókniarz“ — 5 pkt.
7. „Górnik“ — 4 pkt.
8. „Sparta“ — 2 pkt.
9. „Zryw“ — 1 pkt.

c) Współzawodnictwo Kół Sportowych

1. „Stal“ Bielsko — 7 pkt.
2. „Stal“ Siemianowiczanka — 7 pkt.
3. „Kolejarz“ Gliwice — 6 „
4. „Start“ Chorzów — 6 „
5. „Gwardia“ Katowice — 5 „
6. Unia-Ruch“ Chorzów-Bat. — 5 „
7. „Stal“ huta Będzin — 4 „
8. „Włókniarz“ Częstochowa — 4 „
9. „Górnik“ Bytom — 2 „
10. „Górnik“ Siemianowice — 2 „
11. „Sparta-Polonia“ Bytom — 2 „
12. „Stal“ Kościuszko Chorzów — 2 „
13. „Stal“ Hutnik Gliwice — 2 „
14. „Włókniarz“ Bielsko — 2 „
15. „Kolejarz“ Czarni Pyskowice — 1 „
16. „Zryw“ Rybnik — 1 „

KOBIETY

d) Współzawodnictwo indywidualne

1. Krawczykówna Irma — „Unia-Ruch“ Chorz-B. 8 pkt.
2. Hanowa Bronisława — „Stal“ Bielsko 6 pkt.
3. Bielakowa Bogusława — „Start“ Bytom 5 pkt.
4. Szkucikówna Anna — „Stal“ Bielsko 4 pkt.
5. Sobestowa Leokadia — „Start“ Bielsko 3 pkt.
6. Przybylanka Małg. — „Unia-Ruch“ Chorz.-B. 2 pkt.
7. Hiller Krystyna — „Górnik“ Częstochowa 1 pkt.
8. Madratowa Anna — „Górnik“ Częstochowa 1 pkt.
9. Laskowa Józefa — „Start“ Bielsko 1 pkt.

e) Współzawodnictwo Zrzeszeniowe

1. „Unia“ — 5 pkt.
2. „Stal“ — 4 pkt.
3. „Start“ — 4 pkt.

f) Współzawodnictwo Kół Sportowych

1. „Unia-Ruch“ Chorz.-B. — 5 pkt.
2. „Stal“ Bielsko — 4 pkt.
3. „Start“ Bielsko — 2 pkt.
4. „Start“ Bytom — 2 pkt.

Sekretarz **St. Urla** Inspektor Sekcji **Fr. Koziak** Przew. Sekcji **Wl. Oleksiak**

STRZELECTWO

KOMUNIKAT Nr. 4/56

Sekcji Strzelectwa Sportowego WKKF w Katowicach dotyczący klasyfikacji zawodów strzeleckich o mistrzostwo województwa katowickiego przeprowadzonych w dniach 14 i 15 października 1956 roku na strzelnicy w Gliwicach.

Komisja zawodów

Sędzia główny — Herwy Zdzisław — sędz. klasy I
Przew. Kom. Klasyf. — Migas Władysław — sędz. kl. państw.
Sędziowie stanowiskowi:
Nosał Zdzisław — sędzia klasy I z Gliwic
Wyrwa Władysław — sędzia klasy III z Bielska
Kłaptocz Karol — sędzia klasy III z Bielska
Laszczak Stanisław — sędzia klasy III z Bielska
Budniak Bolesław — sędzia klasy III z Pszczyny
Nalacz Andrzej — sędzia klasy III z Pszczyny
Kwapniewski Stan. — sędzia klasy III z Pszczyny
Andres Tadeusz — sędzia klasy III z Katowic

Klasyfikacja zespołowa

Konkurencja Kbks 6 — 3 postawy

1. LPŻ Katowice

w składzie Zientara Jerzy 546
Papla Adam 544
Świerczyna Tad. 529
Papla Krystyna 504
Widera Irena 502 2625

2. ZS „Gwardia“ Katowice

w składzie — Klimczak Bronisl. 521
Palka Eugeniusz 500
Majranek Zbign. 479
Spindler Janina 534
Wachowska Jadw. 534 2568

3. AZS Rokitnica

w składzie — Ducki Alfons 518
Faliński Wald. 516
Herman Jerzy 416
Stasiak Wanda 427
Wojtowicz Ewa 388 2265

4. ZS „Włókniarz“ Bielsko

w składzie — Żywczak Henryk 535
Doktor Zbigniew 529
Drąg Antoni 513
bez udziału kobiet 1577

Konkurencja Pd2

1. LPŻ Katowice

w składzie — Kruszelnicki Tad. 260
Kozik Józef 225
Papla Adam 198
Malik Zofia 198
Papla Krystyna 184 1065

2. ZS „Gwardia“ Katowice

w składzie — Wachowski Franc. 216
Brewczyński Bol. 216
Dańczuk Eug. 204

	Dańczuk Agnieszka 193	
	Spindler Janina 172	1001
3. AZS Rokitnica		
w składzie —	Faliński Waldem. 232	
	Ducki Alfons 214	
	Pieczonka Jerzy 130	
	Pogorzelska Regina 155	
	Wojtowicz Ewa 133	864
4. ZS „Włókniarz" Bielsko		
w składzie —	Doktor Zbigniew 261	
	Żywczak Alfred 212	
	Żywczak Henryk 195	
	bez udziału kobiet	668

Konkurencja PW7

1. LPŻ Katowice		
w składzie —	Kruszelnicki Tad. 10/91	
	Papla Adam 10/83	
	Kozik Józef 9/81	
	Malik Zofia 10/78	
	Papla Krystyna 8/63	47/396
2. ZS „Gwardia" Katowice		
w składzie —	Wachowski Franc. 10/93	
	Brewczyński Bol. 10/84	
	Dańczuk Eug. 9/83	
	Spindler Janina 10/79	
	Dańczuk Agn. 5/39	44/378
3. AZS Rokitnica		
w składzie —	Faliński Waldemar 10/83	
	Ducki Alfons 9/73	
	Pieczonka Józef 8/61	
	Wojtowicz Ewa 4/33	
	Stasiak Wanda, nie strzelała	31/250
4. ZS „Włókniarz" Bielsko		
w składzie —	Doktor Zbigniew 10/87	
	Drąg Antoni 7/39	
	Żywczak Henryk 4/32	
	bez udziału kobiet	21/158

Klasyfikacja jednostkowa

Mężczyźni

Konkurencja kbks6 — 3 postawy — karabinek sportowy do tarczy 20 x 12 na 50 m.

1. Zientara Jerzy — LPŻ Katowice 546/600 nowy rekord wojew.
2. Papla Adam — LPŻ Katowice 544
3. Żywczak Henryk — „Włókniarz" Bielsko 535
4. Doktor Zb. — „Włókniarz" B. 529
5. Świerczyna T. — LPŻ Katowice 529
6. Klimczak Bron. — „Gwardia" Katowice 521
7. Ducki Alfons — AZS Rokitnica 518
8. Faliński Wald. — AZS Rokitnica 516
9. Drąg Antoni — „Włókniarz" B. 513
10. Palka Eug. — „Gwardia" K-ce 500
11. Pośpiech Józef — „Kolejarz" B. 499
12. Majranek Zb. — „Gwardia" K-ce 479
13. Herman Jerzy — AZS Rokitnica 416

Kbks 6 — a — postawa leżąca

1. Świerczyna T. — LPŻ Katowice 190/200 nowy rekord woj.
2. Papla A. — LPŻ Katowice 189
3. Majranek Zb. — „Gwardia" K-ce 188
4. Doktor Zb. — „Włókniarz" B. 187
5. Żywczak H. — „Włókniarz" B. 186
6. Zientara J. — LPŻ Katowice 184
7. Pośpiech J. — „Kolejarz" Bielsko 184
8. Palka E. — „Gwardia" Katowice 183
9. Drąg A. — „Włókniarz" Bielsko 182
10. Ducki A. — AZS Rokitnica 181
11. Klimczak Br. — „Gwardia" K-ce 181
12. Faliński W. — AZS Rokitnica 179
13. Herman J. — AZS Rokitnica 166

Kbks 6 — b — postawa klęcząca

1. Klimczak Br. — „Gwardia" K-ce 183/200 nowy rekord wojew.
2. Żywczak H. — „Włókniarz" B. 182
3. Faliński W. — AZS Rokitnica 181
4. Papla A. — LPŻ Katowice 180
5. Doktor Zb. — „Włókniarz" B. 180
6. Zientara J. — LPŻ Katowice 180
7. Ducki A. — AZS Rokitnica 179
8. Świerczyna T. — LPŻ Katowice 178
9. Drąg A. — „Włókniarz" Bielsko 174
10. Palka Eug. — „Gwardia" K-ce 173
11. Majranek Zb. — „Gwardia" K-ce 162
12. Herman J. — AZS Rokitnica 157
13. Pośpiech J. — „Kolejarz" Bielsko 149

Kbks 6 — c — postawa stojąca

1. Zientara J. — LPŻ Katowice 182/200 nowy rekord woj.
2. Papla A. — LPŻ Katowice 175
3. Żywczak H. — „Włókniarz" B. 167
4. Pośpiech J. — „Kolejarz" Bielsko 166
5. Doktor Zb. — „Włókniarz" B. 162
6. Świerczyna T. — LPŻ Katowice 161
7. Ducki A. — AZS Rokitnica 158
8. Drąg A. — „Włókniarz" Bielsko 157
9. Klimczak Br. — „Gwardia" K-ce 157
10. Faliński W. — AZS Rokitnica 156
11. Palka Eug. — „Gwardia" K-ce 144
12. Majranek Zb. — „Gwardia" K-ce 129
13. Herman J. — AZS Rokitnica 93

Konkurencja Pd2 — pistolet dowolny do tarczy na 50 m,

mężczyźni

1. Doktor Zb. — „Włókniarz" B. 261/300 rekord wojew.
2. Kruszelnicki T. — LPŻ K-ce 260
3. Faliński W. — AZS Rokitnica 232
4. Kozik J. — LPŻ Katowice 225
5. Wachowski Fr. — „Gwardia" K. 216
6. Brewczyński B. — „Gwardia" K. 216
7. Ducki A. — AZS Rokitnica 214
8. Żywczak A. — „Włókniarz" B. 212
9. Dańczuk Eug. — „Gwardia" K-ce 204
10. Papla A. — LPŻ Katowice 198
11. Żywczak H. — „Włókn." Bielsko 195
12. Pośpiech J. — „Kolejarz" Bielsko 181
13. Drąg A. — „Włókn." Bielsko 174
14. Damek J. — „Włókn." Bielsko 173
15. Pieczonka J. — AZS Rokitnica 130

Konkurencja PW7 — pistolet wojskowy do sylwetki „0" na 25 m.

1. Wachowski Fr. — „Gwardia" K-ce 10/93 rekord wojew.
2. Kruszelnicki T. — LPŻ K-ce 10/91
3. Doktor Zb. — „Włókn." Bielsko 10/87
4. Brewczyński B. — „Gwardia" K. 10/84
5. Papla A. — LPŻ Katowice 10/83
6. Faliński W. — AZS Rokitnica 10/83
7. Dańczuk E. — „Gwardia" K-ce 9/83

8. Kozik J. — LPŻ Katowice 9/81
9. Ducki A. — AZS Rokitnica 9/73
10. Pieczonka J. — AZS Rokitnica 8/61
11. Damek J. — „Włókniarz“ Bielsko 7/41
12. Drąg A. — „Włókniarz“ Bielsko 7/39
13. Żywczak H. — „Włókn.“ Bielsko 4/32

Kobiety

Konkurencja kbks 6 — 3 postawy

1. Spindler J. — „Gwardia“ K-ce 534/600 nowy rekord woj.
2. Wachowska J. — „Gwardia“ K. 534
3. Papla Krystyna — LPŻ Katowice 504
4. Widera Irena — LPŻ Katowice 502
5. Stasiak Wanda — AZS Rokitnica 427
6. Wojtowicz Ewa — AZS Rokitnica 388

Kbks 6 — a — postawa leżąca

1. Spindler J. — „Gwardia“ K-ce 186/200 nowy rekord woj.
2. Widera I. — LPŻ Katowice 185
3. Papla Krystyna — LPŻ Katowice 184
4. Wachowska J. — „Gwardia“ K-ce 182
5. Stasiak W. — AZS Rokitnica 167
6. Wojtowicz E. — AZS Rokitnica 166

Kbks 6 — b — postawa klęcząca

1. Wachowska J. — „Gwardia“ K-ce 188/200 nowy rekord woj.
2. Widera I. — LPŻ Katowice 185
3. Spindler J. — „Gwardia“ K-ce 182
4. Papla Kr. — LPŻ Katowice 168
5. Wojtowicz E. — AZS Rokitnica 152
6. Stasiak W. — AZS Rokitnica 150

Kbks 6 — c — postawa stojąca

1. Spindler J. — „Gwardia“ K-ce 166/200 nowy rekord woj.
2. Wachowska J. — „Gwardia“ K-ce 164
3. Papla Kr. — LPŻ — Katowice 152
4. Widera I. — LPŻ Katowice 132
5. Stasiak W. — AZS Rokitnica 110
6. Wojtowicz E. — AZS Rokitnica 70

Konkurencja Pd 2

1. Malik Z. — LPŻ Katowice 198/300 nowy rekord woj.
2. Dańczuk A. — „Gwardia“ K-ce 193
3. Papla Kr. — LPŻ Katowice 184
4. Spindler J. — „Gwardia“ K-ce 172
5. Pogorzelska B. — AZS Rokitnica 155
6. Wojtowicz E. — AZS Rokitnica 133

Konkurencja PW7

1. Spindler J. — „Gwardia“ K-ce 10/79 rek. wojew.
2. Malik Z. — LPŻ Katowice 10/78
3. Papla Kr. — LPŻ Katowice 8/63
4. Dańczuk A. — „Gwardia“ K-ce 5/39
5. Wojtowicz E. — AZS Rokitnica 4/33
6. Pogorzelska B. — AZS Rokitnica 1/8

Strzelania poza konkursem

Kbks 6 — 3 postawy

1. Żywczak A. — „Włókn.“ Bielsko 526
2. Damek J. — „Włókn.“ Bielsko 517
3. Żywczak T. — „Włókn.“ Bielsko 473

Kbks 6 — a — postawa leżąca

1. Żywczak A. — „Włókn.“ Bielsko 185
2. Żywczak T. — „Włókn.“ Bielsko 185
3. Damek J. — „Włókn.“ Bielsko 178

Kbks 6—b — postawa klęcząca

1. Żywczak A. — „Włókn.“ Bielsko 179
2. Damek J. — „Włókn.“ Bielsko 177
3. Żywczak T. — „Włókn.“ Bielsko 156

Kbks 6—c — postawa stojąca

1. Damek J. — „Włókniarz“ Bielsko 162
2. Żywczak A. — „Włókn.“ Bielsko 162
3. Żywczak T. — „Włókn.“ Bielsko 132

Konkurencja PW7

1. Żywczak A. — „Włókn.“ Bielsko 10/88
2. Żywczak T. — „Włókn.“ Bielsko 10/79
3. Wachowska J. — „Gwardia“ K-ce 9/75

Konkurencja Pd 4

1. Kruszelnicki T. — LPŻ Katowice 20/193

Inspektor Sekcji Przewodniczący Sekcji
Fr. Koziak **Wł. Migas**

KOMUNIKAT Nr. 5/56

Sekcji Strzelectwa Sportowego WKKF w Katowicach dotyczący amunicji sportowej SR. produkcji krajowej z roku 1955 i 1956 r.

Prezydium Sekcji Strzelectwa Sportowego WKKF w Katowicach w oparciu o pismo GKKF z dnia 6. 10. 1956 r. W. S — VIII/St/1714/56 zawiadamia, że w związku ze stwierdzonymi wypadkami okaleczenia zawodników oraz uszkodzenia broni sportowej przy strzelaniu amunicją SR produkcji krajowej z roku 1955 i 1956 — Departament Wyszkolenia Sportowego Głównego Komitetu Kultury Fizycznej zaleca wstrzymanie strzelań w w. amunicją.

Inspektor Sekcji Przewodniczący Sekcji
Fr. Koziak **Wł. Migas**

KOMUNIKAT Nr. 6/56

Sekcji Strzelectwa Sportowego WKKF w Katowicach dotyczący plenarnego zebrania sprawozdawczego Sekcji.

Sekcja Strzelectwa Sportowego Wojewódzkiego Komitetu Kultury Fizycznej w Katowicach podaje, że w dniu 8 listopada 1956 r o godz. 16,30 odbędzie się

Plenarne Zebranie Sprawozdawcze Sekcji

z następującym porządkiem:

1. Zagajenie
2. Sprawozdanie za okres od 1. I. 1956 r. do 1. XI. 1956 r.
3. Dyskusja
4. Uchwały i wnioski
5. Sprawy Kolegium Sędziów
6. Wolne głosy

Zebranie odbędzie się w sali konferencyjnej Wojewódzkiego Komitetu Kultury Fizycznej w Katowicach, ul. Warszawska Nr 6 I piętro.

Inspektor Sekcji Przewodniczący Sekcji
Fr. Koziak **Wł. Migas**

B I E G I

REGULAMIN

Jesiennych Drużynowych Biegów Przełajowych na rok 1956.

I. Cel:

Celem jesiennych drużynowych biegów przełajowych jest udostępnienie zdobywania odznak SPO najszerszym rzeszom społeczeństwa.

II. Termin i miejsce:

Jesienne drużynowe biegi przełajowe odbędą się w dniach 21 października do 4 listopada 1956 r.

Jesienne drużynowe biegi przełajowe zostaną przeprowadzone na terenie całego kraju we wszystkich miastach, miasteczkach i gromadach.

III. Kierownictwo:

Organizatorem i koordynatorem jesiennych drużynowych biegów przełajowych są Powiatowe i Miejskie Komitety Kultury Fizycznej.

IV. Uczestnictwo:

W jesiennych drużynowych biegach przełajowych biorą udział bez ograniczenia członkowie kół sportowych i niezrzeszeni, posiadający orzeczenie lekarskie o dobrym stanie zdrowia. Biegi przeprowadza się w konkurencji drużynowej. Drużyna składa się z 7 osób.

V. Program zawodów:

Jesienne drużynowe biegi przełajowe zostaną przeprowadzone na dystansach:
dziewczęta 15—16 lat na dystansie 700 m.
chłopcy — 15—16 lat na dystansie 1000 m.
kobiety od 17 lat wzwyż na dystansie 1000 m.
mężczyźni od 17 lat wzwyż na dystansie 3000 m.

VI. Zgłoszenia do zawodów:

Zgłoszenia drużyn należy przesłać do organizatorów. Zgłoszenie winno zawierać:
— dystans
— nazwisko i imiona członków drużyny
— rok urodzenia członków drużyny
— stwierdzenie lekarza o ich dobrym stanie zdrowia.

VII. Sposób przeprowadzenia:

Jesienne drużynowe biegi przełajowe przeprowadzają komitety kultury fizycznej, dzielnicowe rady narodowe, rady okręgowe zrzeszeń sportowych, koła sportowe, szkoły, uczelnie, organizacje i instytucje realizujące obowiązkowe i dobrowolne w. f.

Zgłoszone do biegów drużyny startują razem w odnośnych grupach wiekowych.

Współzawodnictwo

Drużyny współzawodniczą że sobą we wszystkich kategoriach wiekowych o nagrody komitetów k. f., rad okręgowych zrzeszeń sportowych, kół sportowych, dyrekcji szkół, uczelni, zarządów organizacji i instytucji realizujących obowiązkowe i dobrowolne w. f.

Zrzeszenia i województwa współzawodniczą ze sobą w zdobywaniu norm na odznakę SPO I i SPO II zwykłą i z wyróżnieniem. Za zdobytą normę SPO I zrzeszenie względnie województwo otrzymuje 1 pkt., za SPO II zwykłą 2 pkt., za SPO II z wyróżnieniem 3 pkt. za każdego zawodnika.

O zajęciu miejsca we współzawodnictwie decyduje ilość zdobytych punktów.

Członkowie drużyn kategorii kobiet i mężczyzn ubiegają się ponadto o normy SPO I i SPO II zwykłą i z wy różnieniem.

Dla poszczególnych zawodów organizowanych w okresie 21. 10.—4. 11. 1956 r. każdorazowo należy w poszczególnych kategoriach wiekowych przeprowadzać wyłonienie zwycięzcy i drużyn zajmujących dalsze miejsca w ten sposób, iż każdy zawodnik przybywający na metę otrzymuje tyle punktów jakie kolejno zajął miejsce na mecie. Za pierwsze — otrzymuje 1 punkt, szóste — 6 punktów, siedemnaste — 17 punktów itd.

Zwycięża drużyna, której 5-ciu zawodników uzyska najmniejszą ilość punktów. Dalsze miejsce drużyn oblicza się w ten sposób. Drużyna, która zostaje zdekompletowana — to znaczy nie będzie mogła wykazać się 7-miu zawodnikami na mecie — zostanie zdyskwalifikowana, a ich miejsca pozostaną wolne. Przesunięć w kolejności przybywania na metę nie ma.

Zawodnikom zdyskwalifikowanej drużyny, o ile uzyskali normę na SPO zalicza się ją do odznaki SPO I lub SPO II.

Powyższe obliczenia przeprowadza się wyłącznie dla poszczególnych miejscowych imprez, wyłącznie na szczeblu organizatora.

Punktacji miejskiej, powiatowej, wojewódzkiej, ogólnopolskiej nie przeprowadza się.

VIII. Nagrody:

Nagrody dla współzawodniczących drużyn fundują instytucje wymienione w art. VIIa.

Uwagi:

Za zajęcie miejsca od I — III we współzawodnictwie międzyzrzeszeniowym i międzywojewódzkim przyznane będą nagrody GKKF.

IX. Sprawozdawczość

Organizator imprezy składa sprawozdanie (protokół zawodów — zestawienie wyników) do M/PKKF i R. O. (instancje wojew.) swego zrzeszenia po zakończeniu zawodów najpóźniej do dnia 27. 10. 56 (sprawozdanie do R. O. zrzeszenia winno być potwierdzone przez M/PKKF).

M/PKKF składają sprawozdania na formularzach zatwiedrzonych przez GUS (wzór nr 4431/55) w terminie wg instrukcji.

R. O. Zrzeszeń przesyłają sprawozdania do R. Gl. Zrzeszeń (potwierdzone przez WKKF) do dn. 15. 11. 56 r.

X. Zasady finansowania:

Jesienne drużynowe biegi przełajowe przeprowadza się zgodnie z pozycją 15 zasad finansowania zawodów, objętych JKS na rok 1956 ogłoszony w Biuletynie Urzędowym GKKF.

Inspektor Sekcji:
J. Przybyla

Przew. Sekcji L. A.:
D. Słociński

GIMNASTYKA

SPO
(ciąg dalszy z poprzedniego numeru).

SPO STOPNIA II-GO
Kat. wieku od 36 lat wzwyż

Kobiety

WZORZEC K-8

ODZNAKA ZWYKŁA

a) 6 ćwiczeń wolnych,
b) ćwiczenie na równoważni.

a) Ćwiczenia wolne

I. Pozycja wyjściowa — postawa zasadnicza.
1. Wznos ugiętej lewej nogi w przód, ramiona w bok w lewo, prawe ramię łukiem dolnym.
2. Lewą nogę postaw w przód — wznos prawej

ugiętej nogi w przód, ramiona w bok prawo-łukiem dolnym.
3. Prawą nogę dostaw do lewej — lewe ramię w bok łukiem dolnym, prawe wytrzymaj.
4. Ramiona w dół.

Sposób wykonania

Wzniesiona noga winna być ugięta pod kątem prostym, stopa obciągnięta, ruchy ramion płynne.

II. 1. Wykrok nogą lewą, ramiona przodem w górę.
2. Skłon w przód z ugięciem nogi zakrocznej, ramiona przodem w tył.
3. Wyprost tułowia, ramiona w przód.
Rozstawienie nogi lewej, ramiona w dół
Ćwiczenie wykonać dwa razy (drugi raz wykrok nogą prawą).

Sposób wykonania

W wykroku ciężar ciała spoczywa równomiernie na obydwu nogach Wykonując skłon, ciężar ciała należy przenieść na ugiętą nogę zakroczną. W skłonie w przód dążyć do zetknięcia ' klatki piersiowej z nogą wykroczną.

III. 1 Wymach lewą nogą w przód z 1/2 obrotem w prawo i ugięciem nogi prawej, ramiona w bok.
2—3. Wznos nogi lewej w tył i opad tułowia do wagi przodem.
4 Wytrzymać.
5. Wyprost tułowia i dostawienie nogi do postawy, ramiona w dół.
6. Podskok odbiciem obunóż w przód.
7. Wysoki wyskok w górę, ramiona swobodnie w dole.
8. Doskok do półprzysiadu — postawa.

IV. 1. Siad skulony z oparciem dłoni o podłoże.
2. Wyprost nóg do siadu prostego.
3. Opad do leżenia tyłem.
4—5. Wznos nóg wyprostowanych do leżenia przewrotnego.
6. Zaznaczyć.
7—8. Ze skurczem nóg i przetoczeniem w przód przez przysiad podparty przejść do klęku obunóż.

V. 1. Wznos ramion przodem w górę.
2—3 Skłon w tył, ramiona bokiem w tył.
4. Wyprost tułowia.

VI. 1. Wyprost lewej nogi w bok, ramiona w łuk nad głową.
2. Skrętoskłon do nogi lewej z chwytem za kostkę.
3. Pogłębienie.
4. Wyprost tułowia z dostawieniem nogi lewej, ramiona w dół,

Ćwiczenie wykonać dwa razy — drugi raz w prawo.

Sposób wykonania

Wymach należy wykonać nogą prostą i w końcowej jego fazie wykonać obrót i bezpośrednio ugiąć nogą postawną, przechodząc do uniku. Wagę można wykonać on odze postawnej lekko-ugiętej. Wznos nogi przynajmniej do poziomu.

b) Ćwiczenie na równoważni (wysokość 80 cm)

Z postawy przodem do kładki, wejście dowolnym ssposobem do postawy wykrocznej, ramiona w bok — cztery kroki przestawne w przód do środka kładki, ramiona wytrzymać i zatrzymanie w wykroku — wspięcie na palce i 1/2 obrotu, ramiona w dół — dwa kroki przestawne w tył, ramiona w bok i zatrzymanie w postawie wykrocznej — 1/ obrotu i dostawienie nogi wykrocznej — odbiciem obunóż zamachem dołem w przód, zeskok w głąb do przysiadu podpartego — postawa.

BSPO STOPNIA DZIECIĘCEGO
Kat. wieku 11—12 lat

Chłopcy

WZORZEC M-1

ODZNAKA ZWYKŁA

10 ćwiczeń wolnych.

I. Pozycja wyjściowa — postawa zasadnicza.
1. Ramiona bokiem skurcz.
2. Rzut ramion w bok.
3. Ramiona skurcz.
4. Ramiona bokiem w dół.
Ćwiczenia wykonać dwa razy.

Sposób wykonania

Skurcz ramion wykonać najkrótszą drogą — przy pczym łokcie powinny przylegać do tułowia, przy zachowaniu uwypuklenia klatki piersiowej. Ad 4 najpierw należy wyprostować ramiona i bez — pośrednio opuścić w dół.

II. 1. Wspięcie na palce ze skurczem ramion w bok,
2. Przysiad pjodparty o kolanach zwartych.
3. Wyprost do przysiadu, ramiona w bok.
4. Szybki wyprost do postawy, ramiona w dół,
Ćwiczenie wykonać dwa razy.

Sposób wykonania

Wykonując przysiad należy zachować pionowe ułożenie górnej części tułowia bez najmniejszego pochylenia w przód.

III. 1. Rozkrok lewą nogą.
2. Skłon tułowia w przód z dotknięciem całymi dłońmi podłoża.
3. Wyprost tułowia.
4. Dostawienie lewej nogi do postawy zasadniczej.
Ćwiczenie wykonać dwa razy, za drugim razem rozkrok w prawo.

Sposób wykonania

Rozkrok wykonać na szerokość dwóch stóp. Skłon tułowia w przód wykonać o nogach wyprostowanych, głowa powinna znajdować się między ramionami.

IV. 1. Przysiad podparty o kolanach rozwartych.
2. Klęk prosty,

3. Chwyt ciemienia (ramiona wznosić bokiem).
4. Wytrzymać.

Sposób wykonania

W klęku prostym należy przestrzegać całkowitego wyprostu w górnej części tułowia. Przy wykonaniu położenia ramion „chwyt ciemienia" należy łokcie odchylić w bok w jednej linii (położenie czołowe).

V. 1. Skłon tułowia w lewo.
2—3. Pogłębienie skłonu.
4. Wyprost tułowia.
To samo ćwiczenie wykonać drugi raz w prawo.

Sposób wykonania

Skłony boczne należy wykonać idealnie w płaszczyźnie czołowej, bez jakichkolwiek skrętów i odchyleń tułowia w przód lub w tył.

VI. 1. Ramiona bokiem w dół.
2. Pad w przód do klęku podpartego.
3. Wychyleniem tułowia w przód, leżenie przodem, ramiona w dół.
4. Półobrotu przez lewy bark do leżenia tyłem.

Sposób wykonania

W klęku podpartym uda i ramiona należy ustawić pionowo w stosunku do podłoża.

VII. 1. Skurcz nóg z przyciągnięciem rękami kolan do piersi.
2. Wyprost nóg do leżenia tyłem ,najkrótszą drogą).
3. Jak 1.
4. Przetoczeniem się w przód i podparciem rękami przysiad podparty.

VIII. 1. Szybkim wyprostem i odbiciem obunóż podskok, rozkrok, ramiona bokiem w górę z klaśnięciem nad głową.
2. Podskokem złączenie nóg, ramiona bokiem w dół z klaśnięciem o uda. z z z z z z
3. Jak 1 — tylko z postawy.
4. Jak 2.

Sposób wykonania

Podskoki należy wykonać wysoko i swobodnie — odbicie i doskok na palcach. Ruch ramion powinien odbywać się w płaszczyźnie czołowej.

WZORZEC M-1a

ODZNAKA Z WYRÓŻNIENIEM

10 ćwiczeń wolnych

Należy wykonać 8 ćwiczeń obowiązujących na odznakę zwykłą oraz następujące ćwiczenia:

IX. 1. Z postawy zasadniczej przysiad podparty
2—3. Przewrót w tył do przysiadu podpartego.
4. Postawa.

X. 1—2. Z postawy zasadncizej dwa poskoki w miejscu
3. Wyskok w górę z wygięciem w kręgach piersiowych, z wymachem ramion przodem w górę na zewnątrz.
4. Doskok do półprzysiadu, ramiona przodem w dół.
5—6. Dwa podskoki w miejscu.
7. —ak 3.
8. Doskok do postawy zasadniczej.

BSPO STOPNIA DZIECIĘCEGO
Kat. wieku 13—14 lat

Chłopcy

WZORZEC M-2

ODZNAKA ZWYKŁA

8 ćwiczeń wolnych

I. Pozycja wyjściowa — postawa zasadnicza.
1. Ramiona bokiem skurcz.
2. Rzut ramion w górę.
3. Ramiona skurcz.
4. Ramiona bokiem w dół.
Ćwiczenie wykonać dwa razy.

Sposób wykonania

Łokcie ramion skurczonych powinny przylegać do tułowia, przy zachowaniu uwypuklenia klatki piersiowej. Przed opuszczeniem ramion bokiem w dół należy dłonie zwrócić na zewnątrz.

II. 1. Wymachem lewej nogi w bok rozkrok, ramiona przodem w górę.
2. Skłon tułowia w przód z dotknięciem grzbietem dłoni za sobą.
3. Wyprost tułowia, ramiona przodem w górę.
4. Dostawienie nogi lewej, ramiona bokiem w dół.
Ćwiczenie wykonać dwa razy, za drugim razem rozkrok wymachem prawej nogi.

Sposób wykonania

Wymach nogi w bok należy wykonać wysoko w ruchu powrotnym postawić do rozkroku na szerokość trzech stóp. Skłon w przód należy wykonać o nogach prostych. Ruch ramion w dół i w górę powinien być wykonany równocześnie z ruchem tułowia. Dostawienie nogi należy wykonać lekkim odbiciem od podłoża (nie ciągnąć po ziemi).

III. 3. Dalekim zakrokiem lewą nogą unik podparty na nodze prawej.
2. Podskokiem zmiana nóg do uniku podpartego na nodze lewej.
4. Skurcz nogi lewej do przysiadu podpartego o kolanach złączonych.

Sposób wykonania

W uniku podpartym linia grzbietu powinna stanowi przedłużenie linij nogi zakrocznej, głowa odchylona do tyłu, ramiona proste. Przed wykonaniem podskokiem zmiany nóg, należy ciężar ciała przenieść w przód, na ramiona (wychylić się).

IV. 1. Siad klęczny, biodra chwyć (nie podwijać palców).
2—3. Powoli skłon tułowia w tył.
4. Wyprost tułowia do siadu klęczącego.
5—7. Skłon tułowia w tył ,głębszy).
8. Wyprost tułowia do siadu klęczącego.

Sposób wykonania

Skłon tułowia w tył wykonać całkowitym wyprostem kręgosłupa pirsiowego, głowa odchylona do tyłu.

V. 1. Pad w przód do leżenia przodem.
2. 1/2 obortu przez lewy bark do leżenia tyłem, ramiona w dół na zewnątrz, dłonie oparte o podłoże.
3—4. Uwypuklenie klatki piersiowej, siad prosty.

Sposób wykonania

Pad w przód należy wykonać na ugięte ramiona, po czym bezpośrednio płynnym ruchem przejść do leżenia przodem.

Siad prosty z leżenia tyłem wykonać bez oderwania nóg — naciskając dłońmi o podłoże i uwypuklając klatkę piersiową.

VI. 1. W siadzie rozkrok, ramiona w bok.
2. Skrętoskłon do nogi lewej.
3. Pogłębienie skłonu.
4. Wyprost tułowia, ramiona w bok.
5. Skrętoskłon do nogi prawej.
6. Pogłębienie skłonu.
7. Wyprost tułowia, ramiona w bok.
8. Złączyć nogi, ramiona w dół.

Sposób wykonania

Przy skrętoskłonie nogi trzymać proste i dążyć do dotknięcia dłonią stopy.
W siadzie prostym klatka piersiowa powinna być mocno uwypuklona.

VII. 1. Opad tułowia w tył do leżenia tyłem.
2—4. Wznos prostych nóg do leżenia przewrotnego (nakrycie się).
5—7. Zamachem nóg przetoczenie się w przód do przysiadu podpartego o kolanach złączonych.
8. Powstać do postawy.
VIII. 1—3. Z postawy zasadniczej przysiad podparty o kolanach złączonych i przewrót w przód do przysiadu podpartego.
4. Wyskok w górę z wymachem ramion przodem w górę i doskok do postawy, ramiona przodem w dół.

WZORZEC M-2a

ODZNAKA Z WYRÓŻNIENIEM

10 ćwiczeń wolnych

Należy wykonać 8 ćwiczeń obowiązujących na odznakę zwykłą oraz dwa następujące ćwiczenia:

IX. 1. Z postawy zasadniczej przysiad podparty o kolanach zwartych.
2—3. Przewrót w przód do leżenia tyłem o nogach podkurczonych (dłonie pozostają na miejscu).
4—6. Uniesienie bioder w górę do leżenia tyłem łukiem (mostek o nogach lekko ugiętych.
7—8. Wytrzymać.
X. 1—2. Powrót do leżenie tyłem o nogach skurczonych.
3—4. Szybkim wychyleniem tułowia w przód z pomocą rąk przejść do przysiadu podpartego.
5—7. Powstać do półwagi na prawej (lewej), nodze ramiona w bok
8. Postawa zasadnicza.

BSPO STOPNIA MŁODOCIANEGO

Kat. wieku 15—16 lat

Chłopcy

WZORZEC M-3

ODZNAKA ZWYKŁA

a) 8 ćwiczeń wolnych,
b) ćwiczenie na drążku (tramie lub jednej żerdzi).

a) Ćwiczenia wolne

I. Pozycja wyjściowa — postawa zasadnicza.
1. Ramiona w przód, dłonie lekko zwinięte w wp ięść zwróconą ku środkowi.
2. Energiczne przeniesienie ramion w bok.
3. Odrzut ramion w tył.
4. Jak 3.
5. Pionowy skurcz ramion.
6. Rzut ramion w górę.
7. Pionowy skurcz ramion.
8. Ramiona w dół.

II. 1. Wypad w bok w lewo, ramiona w bok.
2. Powrót do postawy.
3. Wypad w bok w prawo, ramiona w bok.
4. Powrót do postawy.
Ćwiczenie powtórzyć dwa razy.

Sposób wykonania

W czasie wypadu tułów należy trzymać prostopadle do podłoża, przy powrocie do postawy dostawianie nóg należy wykonać lekkim odbiciem od podłoża (nie ciągnąć po ziemi).

III. 1. Wykrok lewą nogą w przód, ramiona bokiem w górę.
2. Skłon tułowia w przód z dochwytem oburącz za kostkę nogi wykrocznej.
3 Wyprost tułowia, ramiona bokiem w górę.
4. Powrót do postawy, ramiona przodem w dół.
Ćwiczenie powtórzyć (drugi raz z wykrokiem prawą).

Sposób wykonania

Przy wykroku obie nogi powinny być proste w kolanach, głowę i tułów w czasie skłonu przybliżyć do kolana nogi wykrocznej.

IV. 1. Rozkrok lewą nogą, ramiona bokiem w górę — ciemię chwyć.
2. Skłon tułowia w lewo z ugięciem prawego kolana.
3. Pogłębienie skłonu.
4. Dostawienie lewej nogi, ramiona bokiem w dół.
Ćwiczenie wykonać również w drugą stronę.

Sposób wykonania

Łokcie ugiętych ramion w położeniu „ciemię chwyć" powinny być odchylone jak najbardziej do tyłu. Skłony wykonywać swobodnie i głęboko, przy czym noga rozkroczna powinna być prosta. Przy skłonach należy unikać jakichkolwiek pochyleń tułowia do przodu lub tyłu oraz skrętów.

V. 1—3. Trzy podskoki obunóż w miejscu, ramiona w dół.
4. Wysoki podskok ze skurczem nóg i klaśnięciem dłoni o podudzia.
Ćwiczenia powtórzyć (2 razy).

VI. 1. Przysiad podparty o kolanach rozwartych.
2. Rzut nóg w tył do podporu leżąc przodem.
3. Lekkim odbiciem z palców i podrzutem bioder w górę przysiad podparty o kolanach zwartych.
4. Wyprost tułowia do postawy.
Ćwiczenie wykonać dwa razy.

Sposób wykonania

W przysiadzie podpartym należy dłonie oprzeć o podłoże na szerokość barków, przy czym plecy powinny być wyprostowane, a głowa odchylona w tył. Rzut nóg w tył do podporu leżąc przodem, należy poprzedzić przeniesieniem ciężaru ciała w przód, na proste ramiona (wychylić się). W podporze leżąc przodem, tułów powinien tworzyć linie proste, z głową odchyloną w tył).

VII. 1. Podskokiem rozkrok, ramiona w bok.
2. Skrętoskłon do nogi lewej z dotknięciem prawą ręką lewej stopy i równoczesnym wymachem lewej ręki w tył.
3. Wyprost tułowia, ramiona w bok.
4. Podskokiem powrót do postawy, ramiona w dół.
Ćwiczenia powtórzyć dwa razy — drugi raz skrętoskłon do nogi prawej.

Sposób wykonania
Skrętoskłon należy wykonać o nogach prostych, dążąc klatką piersiową i głową do zetknięcia z nogą.

VIII. 1—4. Ramiona w górę i łukiem okrężnym w tył z równoczesnym półprzysiadem — odbiciem obunóż, naskok na ręce i przewrót w przód do przysiadu — powstać do postawy zasadniczej.

a) **Ćwiczenie na drążku**
(tramie lub jednej żerdzi) — wysokość 1,30 m

Z pozycji wyjściowej przodem do drążka, półprzysiad zwieszony podchwytem — odbiciem obunóż wymyk przodem do podporu przodem — zmiana chwytu w nachwyt i odmachem nóg w tył zeskok do półprzysiadu zwieszonego, postawa.

Sposób wykonania.

Półprzysiad zwieszony należy wykonać tuż pod drążkiem, aby po odbiciu znaleźć się jak najbliżej osi obrotu, co ułatwi wykonanie wymyku (najkrótszą drogą). Podpór przodem wykonać należy o ramionach i tułowiu prostym przy zachowaniu uwypuklonej klatki piersiowej. Po zaznaczeniu podporu należy nogi lekko opuścić w przód (pod drążek) i następnie wychyleniem tułowia w przód wykonać odmach do zeskoku.

WZORZEC M-3a

ODZNAKA Z WYRÓŻNIENIEM

a) 10 ćwiczeń wolnych,
b) ćwiczenia na drążku (tramie lub jednej żerdzi) — wysokość 1,30 m.

a) **Ćwiczenia wolne**

Należy wykonać 8 ćwiczeń wolnych obowiązujących na odznakę zwykłą oraz dwa następujące ćwiczenia:

IX. Pozycja wyjściowa — postawa zasadnicza.
1. Wykrokiem lewą (względnie prawą) nogą stanie na rękach z oparciem nóg o ścianę (drabinki).
2. Wytrzymać.
3. Lekkim odbiciem jednej nogi opad do uniku podpartego.
4. Powrót do postawy.

Sposób wykonania.

Postawa wyjściowa w odległości 2 kroków od ściany (drabinki) — w staniu na rękach nogi powinny być proste, tułów lekko wygięty, głowa odchylona do tyłu — przy powrocie ze stania nie załamywać się w pasie biodrowym.

X 1. Przysiad podparty o kolanach zwartych.
2—3. Przewrót w tył o nogach wyprostowanych do skłonu podpartego w rozkroku.
4. Wyprost tułowia, ramiona w dół — podskokiem powrót do postawy.

Sposób wykonania.

Z przysiadu podpartego opadać w tył miękko o plecach zgarbionych i głowie pochylonej w przód. Nie wolno opadać na kolana, lecz na podwinięte palce nóg, jedno lub obunóż.

b) **Ćwiczenia na drążku**

(tramie lub jednej żerdzi — wys. 1,30 m)

Z pozycji wyjściowej przodem do drążka półprzysiad zwieszony podchwytem — odbiciem obunóż wymyk przodem do podporu przodem — zmiana chwytu w nachwyt przemach okroczny prawą do podporu okrocznego, przemach okroczny lewą z 1/4 obrotem w prawo do zeskoku prawym bokiem do drążka.

SPO STOPNIA I
Kat. wieku 17—27 lat
Mężczyźni

WZORZEC M-4

ODZNAKA ZWYKŁA
a) 8 ćwiczeń wolnych,
b) ćwiczenia na przyrządzie.

a) **Ćwiczenia wolne**

I. Pozycja wyjściowa — postawa zasadnicza.
1. Ramiona bokiem skurcz.
2. Rzut ramion w górę na zewnątrz, dłoń do wewnątrz.
3. Zwrot dłoni na zewnątrz, opust ramienia w dół z uderzeniem o uda i bezpośrednio wznos w bok.
4. Ramiona w dół.

Ćwiczenie wykonać dwa razy.

Sposób wykonania.

Na „2" rzut ramion należy wykonać w pośrednim kierunku — pomiędzy położeniem ramion w górę i w bok.

I. 1. Podskokiem rozkrok, ramiona w bok.
2. Skłon tułowia w przód z dotknięciem grzbietem dłoni podłoża za sobą (wewnątrz nóg).
3. Wyprost tułowia — ramiona w bok i odrzut ramion w tył.
4. Podskokiem zeskok do postawy.

Ćwiczenie wykonać dwa razy.

Sposób wykonania.

Skłon w przód wykonać należy o nogach prostych, głowa powinna stanowić przedłużenie linii górnej części tułowia (nie odchylać w tył). Po wyproście tułowia odrzut ramion w tył z położenia w bok, wykonać energicznie, przetrzymując głowę w niezmienionym ułożeniu (nie wysuwać w przód).

III. 1. Wspięcie na palce, ramiona w przód.
2. Przysiad podparty o kolanach rozwartych.
3. Szybki wyprost tułowia do wspięcia na palce — ramiona w bok.
4. Opust pięty do postawy, ramiona w dół.

Ćwiczenie wykonać dwa razy.

Sposób wykonania.

Przysiad należy wykonać o wyprostowanej linii pleców. Powstać należy szybko — bez zachwiań.

IV. 1. Przysiad podparty o kolanach zwartych.
2. Rzut nóg w tył do podporu leżąc przodem.
3. Ugięcie ramion.
4. Wyprost ramion.
5. Jak 3.
6. Jak 4.
7. Podskokiem przysiad podparty.
8. Postawa.

Sposób wykonania.

W przysiadzie podpartym, dłonie oparte o podłoże na szerokość barków. Przy rzucie nóg w tył i przy skurczu do przysiadu nie wolno nóg przesuwać po podłożu. W podporze leżąc przodem i w czasie uginania ramion linia ciała musi być prosta.

V. 1. Rozkrok nogą lewą, ramiona w bok.
2. Lekkie ugięcie prawej nogi i skłon w przód w lewo (skrętoskłon) z chwytem za kostkę lewej nogi.
3. Wyprost tułowia, ramiona w bok.
4. Dostawienie nogi lewej do postawy, ramiona w dół.

Ćwiczenie wykonać również w drugą stronę.

Sposób wykonania.

Na „2" ugięcie prawej nogi i skrętoskłon do nogi lewej należy wykonać łącznie ruchem płynnym i obszernym.

VI. 1. Ramiona skurcz poziomo (przed pierś).
2. Odrzut ramion skurczonych w tył.
3. Wyprost ramion w bok i odrzut w tył.
4. Ramiona w dół.
Ćwiczenie wykonać dwa razy.

Sposób wykonania.

Przy odrzutach ramion z położena w bok zachować wyprostowaną postawę — prostując kręgosłup tylko w odcinku piersiowym — przy równoczesnym wciągnięciu brody. Ramiona w skurczu poziomym na jednej linii.

VII. 1—2. Dwa podskoki w miejscu z odbiciem obunóż
3. Wysoki wyskok z 1/2 obrotem w lewo.
4. Doskok na lekko ugięte nogi.
Ćwiczenie wykonać dwa razy (cały obrót).

Sposób wykonania.

Wyskok wykonywać pionowo w górę. W czasie wyskoku nogi wyprostowane.

VIII. 1. Ramiona w przód,
2. Ramiona dołem w bok,
3. Ramiona w dół i przodem w górę,
4. Ramiona bokiem w dół z uwypukleniem klatki piersiowej.
Ćwiczenie wykonać dwa razy.

b) Ćwiczenia na drążku lub tramie
(wysokość dosiężna)

Chwyt podchwytem i odbiciem wymyk przodem do podporu przodem — zmiana chwytu w nachwyt, wytrzymać. Odmyk w przód, zamachem nóg w tył zeskok do postawy.

Sposób wykonania.

Chwyt rąk na szerokość barków. W podporze tułów winien być lekko wygięty, klatka piersiowa uwypuklona, broda wciągnięta. Zamach nóg w tył zaczynać od lekkiego zamachu nóg w przód.

SPO I-SZEGO STOPNIA
Kat. wieku 28—35 lat
Mężczyźni

WZORZEC M-5

ODZNAKA ZWYKŁA

a) 8 ćwiczeń wolnych
b) Ćwiczenia na drążku.
Obowiązuje wykonanie ćwiczeń przewidzianych dla mężczyzn w kat. wieku 17—27 lat na odznakę zwykłą SPO stopnia I-go.

SPO I-SZEGO STOPNIA

Kat. wieku od 36 lat wzwyż

Mężczyźni

WZORZEC M-6

ODZNAKA ZWYKŁA

a) 6 ćwiczeń wolnych
b) Ćwiczenia na przyrządzie.

a) Ćwiczenia wolne

Obowiązuje wykonanie 6 ćwiczeń wolnych przewidzianych dla mężczyzn kat. wieku 17—27 lat na odznakę zwykłą SPO stopnia I-go (I—VI).

b) Ćwiczenia na drążku (na wysokości barków)

Z przysiadu zwieszonego, odbiciem obunóż wyskok do podporu przodem — przemach okroczony lewą w przód do podporu okroczego, przemach okroczny prawą z 1/4 obrotem w lewo do zeskoku, lewym bokiem do drążka.

SPO II-GO STOPNIA
Kat. wieku 17—35 lat
Mężczyźni

WZORZEC M-7

ODZNAKA ZWYKŁA

a) 6 ćwiczeń wolnych
b) Ćwiczenia na przyrządach.

a) Ćwiczenia wolne

I. Pozycja wyjściowa — postawa zasadnicza.
1. Wyskok z wymachem ramion przodem w górę
2. Rozrzutem nóg w bok doskok do rozkroku, ramiona w bok — dłonie w dół.
3. Opad tułowia w przód, ramiona wytrzymać
4. Wyprost tułowia i dostawienie nogi lewej do postawy — ramiona w dół
Ćwiczenia powtórzyć dwa razy.

Sposób wykonania.

Doskok do rozkroku wykonać należy na palce nóg lekko ugiętych w kolanach, opad wykonać o nogach wyprostowanych, linia palców prosta (nie garbić się), wzrok skierowany w przód.

II. 1. Zakrokiem nogi lewej unik na nodze prawej, ramiona w bok
2. Opad tułowia w przód i wznos lewej nogi w tył do wagi przodem, ramiona wytrzymać
3—4. Wytrzymać.

Sposób wykonania.

W uniku tułów powinien stanowić przedłużenie prostej linii nogi zakrocznej, głowa lekko odchylona w tył. W wadze przodem tułów powinien być wygięty (łuk wklęsły).

III. 1. Pad w przód do podporu leżąc przodem o ramionach ugiętych.
2. Wyprost ramion i opuszczenie nogi
3. Ugięcie ramion i wznos prawej nogi
4. Jak 2.

Sposób wykonania:

Wykonując pad należy sięgnąć rękami daleko wprzód, by nie nastąpiło przesunięcie stóp w tył. Wpodporze leżąc przodem głową należy odchylić w tył, nogi i tułów stanowią linię prostą.

IV. 1. Odbiciem skurcz nóg do przysiadu podpartego o kolanach zwartych
2. Odbiciem obunóż naskok w przód i przewrót w przód do przysiadu podpartego
3. Wyskok z wymachem ramion przodem w górę
4. Podskok do półprzysiadu, ramiona bokiem w dół — postawa.

Sposób wykonania:

Przewrót należy wykonać o nogach prostych w końcowej jego fazie szybko skurczyć nogi i wychylić się do przodu opierając ręce o podłoże i bez zatrzymania w tej pozycji należy wykonać wyskok w górę.

V. 1. Podskokiem rozkrok ramiona w bok
2. Skłon w przód z oparciem dłoni i głowy na podłożu
3—4. Ciągiem o nogach prostych stanie na głowie

5. Nogi złączyć
6—7. Opuszczenie nóg do skłonu podpartego w rozkroku
8. Wyprost tułowia, ramiona w bok.

VI. 1. Przeniesienie ciężaru ciała na nogę prawą (lewą) ze wznosem lewej (prawej) nogi w bok.
2—3. Przerzut bokiem w lewo (prawo) do rozkroku, ramiona w bok.
4. Podskokiem zeskok do postawy.

Ćwiczenia na drążku (niski)

Z przysiadu zwieszonego nachwytem, odbiciem obunóż przewlek lewej nogi do zwisu leżąc na podudziu (tułów wyprostowany) — za drugim zamachem wspieranie na podudziu do podporu okrakiem — spad w tył do zwisu leżąc — przewlek nogi prawej do zwisu przewrotnego tyłem i opust nóg do zwisu tyłem — w momencie dotknięcia stopami podłoża w zwisie tyłem, puszczenie drążka i wyprost tułowia do postawy.

WZORZEC M-7a

ODZNAKA Z WYRÓŻNIENIEM

a) 8 ćwiczeń wolnych
b) ćwiczenia na drążku.

a) **Ćwiczenia wolne**

Obowiązuje wykonanie sześciu ćwiczeń wolnych obowiązujących na odznakę zwykłą (wzorzec M-7a) oraz dwóch ćwiczeń niżej opisanych.

VII. 1—3. Wykrokiem jedną i zamachem drugą nogą stanąć na rękach
4. Zaznaczyć
5—7. Ugięcie ramion i przewrót w przód do przysiadu podpartego
8. Powstać do postawy.

VIII. 1. Półprzysiad ramiona w tył
2—3. Wyskok w górę z całym obrotem i doskok do półprzysiadu
4. Postawa.

Ćwiczenia na drążku (niski)

Z przysiadu zwieszonego odbiciem obunóż przewlek lewej nogi do zwisu leżąc na podudziu (tułów prosty) — wspieranie na podudziu za drugim zamachem do podporu okrocznego — kołowrót w tył na podudziu i spad w tył do zwisu leżąc wywlek lewej nogi i opuszczenie nóg w dół do zaznaczonej poziomki w zwisie — skurcz nóg do przysiadu zwieszonego — wyprost do postawy.

SPO II-GO STOPNIA

Kat. wieku od 36 lat

Mężczyźni

WZORZEC M-8

ODZNAKA ZWYKŁA

a) 6 ćwiczeń wolnych
b) ćwiczenie na drążku.

a) **Ćwiczenia wolne**

I Pozycja wyjściowa — postawa zasadnicza
1—2. Wspięcie na palce, ramiona przodem w górę
3—4. Opust ramion bokiem w dół odchylając ręce w tył — opust na pięty.
Ćwiczenie wykonać dwa razy.

II. 1. Podskokiem rozkrok, ramiona w bok
2. Opad w przód, ramiona wytrzymać
3. Wyprost tułowia, ramiona wytrzymać
4. Podskokiem postawa zasadnicza, ramiona w dół.

Sposób wykonania:

Podskok należy wykonać na palcach, opad o nogach wyprostowanych, w opadzie należy klatkę piersiową uwypuklić i głowę odchylić w tył (nie garbić się).

III. 1. Wymachem lewej nogi w bok wypad, ramiona w bok
2. Skłon tułowia w prawo, lewe ramię w łuk nad głową, prawe ramię na biodro
3. Pogłębienie skłonu
4. Wyprost i odbiciem dostawienie nogi lewej do prawej, ramiona w dół, lewe ramię łukiem bocznym.

Ćwiczenie powtórzyć w drugą stronę.

Sposób wykonania:

Po wymachu nogi w bok należy stopę skręcić na zewnątrz i następnie postawić na podłożu uginając w kolanie. Klatka piersiowa skierowana na wprost (nie skrócać do nogi wypadowej) — skłon w bok wykonać w płaszczyźnie czołowej — nie skręcać się i nie pochylać.

IV. 1—2. Dwa podskoki obunóż
3. Wysoki podskok klęczny z wymachem ramion przodem w górę na zewnątrz
4. Doskok do postawy, ramiona przodem w dół
Ćwiczenie wykonać dwa razy.

Sposób wykonania:

W podskoku klęcznym należy biodra poddawać ku przodowi (wygiąć się) i głowę odchylić w tył, nogi ugiąć pod kątem prostym.

V. 1. Przysiad podparty kolana złączone
2—3. Przewrot wprzód do przysiadu podpartego
4. Powstań z 1/4 obrotem w prawo (w lewo) ramiona w bok i wznos lewej (prawej) nogi w bok.

VI. 1—3. Przerzut bokiem w lewo (w prawo) do rozkroku ramiona w bok.
4. Podskokiem zeskok do postawy.

b) **Ćwiczenia na drążku (niski)**

Z przysiadu zwieszonego nachwytem, odbiciem obunóż przewlek nogi lewej do zwisu leżąc — za drugim zamachem wspieranie na podudziu do podporu okrocznego — przemach lewą nogą w tył i łącznie zeskok z 1/4 obrotem w lewo do półprzysiadu prawym bokiem do drążka — postawa.

WSKAZÓWKI DLA OCENIAJĄCYCH WYKONANIE UKŁADÓW ĆWICZEŃ WOLNYCH I NA PRZYRZĄDACH WG TREŚCI WZORCÓW

1) Najwyższą oceną za wykonanie poszczególnych układów ćwiczeń wg treści wzorców jest dziesięć punktów.
2) Za wszystkie błędy wykonania jak np. mała obszerność ruchu, nieprawidłowe ułożenie tułowia, brak ciągłości ruchu (rytm) itp. odejmuje się (odlicza) od 10 punkty karne.
3) W zależności od tego w jakim stopniu nastąpiło odchylenie od prawidłowego ruchu błędy dzieli się na małe, średnie i duże.

(dokończenie w następnym numerze)

Redaguje i wydaje Kolegium Redakcyjne Biuletynu Sportowego przy WKKF w Stalinogrodzie, ul. Warszawska 6. Warunki prenumeraty: rocznie 80 zł, półrocznie 40 zł, kwartalnie 20 zł. Zamówienia kierować pod adresem WKKF
R-7-474